



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Dirección General de Estudios de Posgrado

Facultad de Educación

Unidad de Posgrado

**Hábitos de estudios, autoestima y su relación con el
rendimiento académico de los estudiantes del X semestre
de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015**

TESIS

Para optar el Grado Académico de Magíster en Educación con
mención en Docencia en el Nivel Superior

AUTOR

Yesenia Gladys CANO CARHUAPOMA

ASESOR

Abelardo Rodolfo CAMPANA CONCHA

Lima, Perú

2016



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Cano, Y. (2016). *Hábitos de estudios, autoestima y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Educación, Unidad de Posgrado]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS

Universidad del Perú, DECANA DE AMÉRICA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

UNIDAD DE POSGRADO

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS PRESENTADA POR LA GRADUANDA DOÑA **YESENIA GLADYS CANO CARHUAPOMA** PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAGÍSTER EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA EN EL NIVEL SUPERIOR

En la ciudad de Lima a los 14 días del mes de julio del 2016, siendo las 02:00 pm., se reunió en acto público en el Salón de Grados de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, el Jurado Examinador integrado por Dr. ELÍAS JESÚS MEJÍA MEJÍA (Presidente), Dr. ABELARDO CAMPANA CONCHA (Asesor), Dra. TAMARA PANDO EZCURRA (Jurado Informante), Dr. JUAN RAÚL CAVERO AYBAR (Jurado Informante) y Dra. FRANCIS DÍAZ FLORES (Miembro del Jurado), para recepcionar la sustentación de la tesis titulada: **HÁBITOS DE ESTUDIOS/AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL X SEMESTRE DE LA EAPE – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM, 2015**, que presenta doña **YESENIA GLADYS CANO CARHUAPOMA** para optar el Grado Académico de Magíster en Educación, con Mención en Docencia en el Nivel Superior.

Para el efecto, el Jurado Examinador tuvo a la vista el informe favorable del Jurado Informante integrado por Dr. ABELARDO CAMPANA CONCHA (Asesor), Dra. TAMARA PANDO EZCURRA (Jurado Informante), Dr. JUAN RAÚL CAVERO AYBAR (Jurado Informante)


Después de haber escuchado la sustentación de la graduanda, el Jurado Examinador procedió a formular las preguntas reglamentarias y, luego de una deliberación en privado, decidió otorgarle el calificativo de:

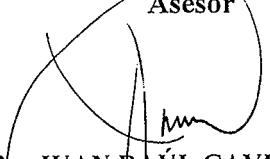
Buena (16) boricuensis

Como testimonio del acto que culminó a las 03:00pm horas, cada uno de los miembros del Jurado Examinador procedió a suscribir el acta, para que se remita a las instancias correspondientes y se expida, previo trámite administrativo, el diploma que acredite a doña **YESENIA GLADYS CANO CARHUAPOMA**, como Magíster en Educación, con Mención en Docencia en el Nivel Superior.


Dr. ELÍAS JESÚS MEJÍA MEJÍA
Presidente


Dr. ABELARDO CAMPANA CONCHA
Asesor


Dra. TAMARA PANDO EZCURRA
Jurado Informante


Dr. JUAN RAÚL CAVERO AYBAR
Jurado Informante


Dra. FRANCIS DÍAZ FLORES
Miembro del Jurado

DEDICATORIA

A Dios

Por haberme guiado por el camino del bien y permitir que alcance todos mis objetivos y metas.

*A mis amados hijos **YAHAIRA** y **YOHAN** por haber sido mi inspiración y motivación para seguir adelante y así educarme y formarme para ser un ejemplo más de su entorno familiar y social.*

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Educación, al Dr. Elías Jesús Mejía Mejía, Dr. Abelardo Rodolfo Campana Concha, a los estudiantes de pre grado por su valioso aporte en la culminación del presente estudio de investigación.

A **Dios**, quién me dio Fé y la fortaleza necesaria para salir siempre adelante, por colocarme en el mejor camino, iluminando cada paso, en mi vida, y por darme la Vocación de mi Consagración, para poder culminar con este trabajo de investigación.

Mi gratitud a mis padres **Elba y Hugo**, por su cariño, confianza, comprensión fuerza, sabiduría y el inmenso amor incondicional presentado.

A mí querido abuelito “**Pafeli**” por creer y apostar por mí, por su comprensión, cariño, positivismo y por la gran calidad humana que demostró cuando estaba con nosotros.

A mi amado esposo **Julio** por su comprensión y tolerancia, apoyándome para que culmine mi investigación y obtenga mi grado.

A mi asesor. Dr. **Abelardo Rodolfo Campana Concha** por su persistente guía, acompañamiento y atención prestados en este proceso de planificar, elaborar y culminar la presente investigación.

A **Olga Céspedes**, una amiga incondicional, **Beatriz Aquise**, amiga y compañera de estudios y a todas aquellas personas que participaron en este proyecto y han colaborado con un granito de arena para el logro de este trabajo de investigación. Agradezco de forma sincera su valiosa colaboración.

ÍNDICE

	Pág.
Dedicatoria	i
Agradecimiento	ii
Índice	iii
Resumen	vii
Abstract	viii
Introducción	ix

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1. Fundamentación del problema	1
1.2. Formulación del problema	2
1.2.1. Problema general	2
1.2.2. Problemas específicos	2
1.3. Objetivos de la investigación	3
1.3.1. Objetivo general	3
1.3.2. Objetivos específicos	3
1.4. Justificación	3
1.5. Alcances y limitaciones	3
1.6. Fundamentación de la hipótesis	4
1.7. Formulación de la hipótesis	4
1.6.1. Hipótesis general	4
1.6.2. Hipótesis específicos	5
1.8. Identificación y clasificación de las variables	5

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación	7
2.2. Bases teóricas	10
2.2.1. Hábitos de estudio	10
2.2.1.1. Conceptualización	10
2.2.1.2. Formación de los hábitos de estudio	13
2.2.1.3. Técnicas sobre los distintos hábitos de estudio	15
2.2.1.4. Importancia de los hábitos de estudio	18
2.2.2. Autoestima	27
2.2.2.1. Conceptualización	27
2.2.2.2. Elementos que conforman el autoestima	30
2.2.2.3. Tipos de autoestima	31
2.2.2.4. Características de la autoestima positiva	37
2.2.2.5. Componentes de autoestima	37
2.2.2.6. Valores de la autoestima	38
2.2.2.7. Comportamiento que expresa autoestima	39
2.2.2.8. Factores que dañan el autoestima	39
2.2.2.9. Pautas para el desarrollo del autoestima	40
2.2.2.10. Importancia del autoestima	41
2.2.3. Rendimiento académico	42
2.2.3.1. Definición	42
2.2.3.2. Importancia del rendimiento académico	44
2.2.3.3. Características del rendimiento académico	45

2.2.3.4.	Factores que influyen en el rendimiento académico universitario	46
2.2.3.5.	Pautas para mejorar el rendimiento académico universitario	48
2.2.3.6.	Relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico universitario	49
2.2.3.7.	Relación entre el autoestima y el rendimiento académico universitario	49
2.3.	Términos básicos	51

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1.	Operacionalización de las variables	53
3.1.1.	Variable (X): Hábitos de estudio	53
3.1.2.	Variable (Y): Autoestima	55
3.1.3.	Variable (Z): Rendimiento académico	57
3.2.	Tipificación de la investigación	59
3.3.	Estrategia para la prueba de hipótesis	59
3.4.	Población y muestra	61
3.4.1.	Población	61
3.4.2.	Muestra	61
3.5.	Instrumento de recolección de datos	61
3.6.	Ficha técnica	62
3.7.	Validación de los instrumentos de recolección de datos	64
3.8.	Confiabilidad del instrumento de medición	65

CAPÍTULO IV: TRABAJO DE CAMPO Y PROCESO DE CONTRASTE DE HIPÓTESIS

4.1.	Presentación, análisis e interpretación de los datos de las dimensiones de la variable X: Hábitos de estudio	69
4.2.	Presentación, análisis e interpretación de los datos de las dimensiones de la variable Y: Autoestima	75
4.3.	Presentación, análisis e interpretación de los datos de las dimensiones de la variable Z: Rendimiento académico	81
4.4.	Proceso de prueba de hipótesis	86
4.4.1.	Prueba de la hipótesis general	86
4.4.2.	Prueba de la hipótesis específicas	88
4.3.2.1.	Contrastación de la primera hipótesis específica	88
4.3.2.2.	Contrastación de la segunda hipótesis específica	89
4.4.	Discusión de los resultados	90
	CONCLUSIONES	92
	RECOMENDACIONES	93
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	94
	ANEXOS	101

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla nº 01:	Operacionalización de la variable (X) : Hábitos de estudio	54
Tabla nº 02:	Operacionalización de la variable (Y) : Autoestima	56
Tabla nº 03:	Operacionalización de la variable (Z): rendimiento académico	58
Tabla nº 04:	Validación de los instrumentos por los expertos	64
Tabla nº 05:	Valoración de coeficientes de validez instrumental	64
Tabla nº 06:	Resumen del procesamiento de los casos variable X: Hábitos de estudio	64
Tabla nº 07:	Estadísticos de fiabilidad variable hábitos de estudio	65
Tabla nº 08:	Resumen del procesamiento de los casos variable Y: Autoestima	65
Tabla nº 09:	Resumen del procesamiento de los casos variable Y: Autoestima	66
Tabla nº 10:	Resumen del procesamiento de los casos variable Z: Rendimiento académico	66
Tabla nº 11:	Resumen del procesamiento de los casos variable Z: Rendimiento académico	67
Tabla nº 12:	Estadísticos de fiabilidad variable Z	67
Tabla nº 13:	Frecuencias de la dimensión hábitos de estudio	69
Tabla nº 14:	Frecuencias de la dimensión conducta frente al estudio	70
Tabla nº 15:	Frecuencias de la dimensión trabajos académicos	71
Tabla nº 16:	Frecuencias de la dimensión preparación para los exámenes	72
Tabla nº 17:	Frecuencias de la dimensión actitud en clase	73
Tabla nº 18:	Frecuencias de la dimensión momentos de estudio	74
Tabla nº 19:	Frecuencias de la dimensión autoestima	75
Tabla nº 20:	Frecuencias de la variable física	76
Tabla nº 21:	Frecuencias de la variable social	77
Tabla nº 22:	Frecuencias de la variable afectiva	78
Tabla nº 23:	Frecuencias de la variable académica	79
Tabla nº 24:	Frecuencias de la variable ética	80
Tabla nº 25:	Frecuencias de la variable rendimiento académico	81
Tabla nº 26:	Frecuencias de la dimensión área de formación general	82
Tabla nº 27:	Frecuencias de la dimensión formación profesional	83
Tabla nº 28:	Frecuencias de la dimensión investigación	84
Tabla nº 29:	Frecuencias de la dimensión práctica pre profesional	85
Tabla nº 30:	Relación entre las respuestas de las variables: Hábitos de estudio, autoestima y rendimiento académico	87
Tabla nº 31:	Relación entre las respuestas de los hábitos de estudio y rendimiento académico.	88
Tabla nº 32:	Relación entre las respuestas de la variable autoestima y rendimiento académico.	89

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico n º 01:	Trilogía de los hábitos de estudio	10
Gráfico n º 02:	Porcentaje de la variable hábitos de estudio	69
Gráfico n º 03:	Porcentaje de la variable conducta frente al estudio	70
Gráfico n º 04:	Porcentaje de la variable trabajos académicos	71
Gráfico n º 05:	Porcentaje de la variable preparación para los exámenes	72
Gráfico n º 06:	Porcentaje de la variable actitud en clase	73
Gráfico n º 07:	Porcentaje de la variable momentos de estudio	74
Gráfico n º 08:	Porcentaje de la variable autoestima	75
Gráfico n º 09:	Porcentaje de la variable física	76
Gráfico n º 10:	Porcentaje de la variable social	77
Gráfico n º 11:	Porcentaje de la variable afectiva	78
Gráfico n º 12:	Porcentaje de la variable académica	79
Gráfico n º 13:	Porcentaje de la variable ética	80
Gráfico n º 14:	Porcentaje de la variable rendimiento académico	81
Gráfico n º 15:	Porcentaje de la variable área de formación general	82
Gráfico n º 16:	Porcentaje de la formación profesional	83
Gráfico n º 17:	Porcentaje de la variable investigación	84
Gráfico n º 18:	Porcentaje de la variable práctica pre profesional	85

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo nº 01:	Matriz de consistencia	102
Anexo nº 02:	Cuestionario de la variable (X): Hábitos de estudio	103
Anexo nº 03:	Cuestionario de la variable (Y): Autoestima	106
Anexo nº 04:	Test de opinión de la variable (Z): Rendimiento académico	108
Anexo nº 05:	Ficha de validación de los instrumentos de recolección de datos por los expertos	112

RESUMEN

El presente estudio científico consiste en establecer la relación existente entre las variables: Hábitos de estudio, autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del x semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015, resultados encontrados luego de ser aplicado los instrumentos de recolección de datos para cada variable.

Al aplicar el paquete computacional SPSS versión 21, se utilizó la fórmula de Rho de Spearman, al 5% de error, se estableció la relación entre las variables hábitos de estudio, autoestima respecto al rendimiento académico, se halló un de $Rho = 0,245$ y la significancia de $p = 0,034$, determinándose una relación significativa baja entre las variables de estudio.

Al hallarse bajos niveles en los hábitos de estudio que ejercen como: la conducta frente al estudio, trabajos académicos, preparación para los exámenes, actitud en clases, los momentos de estudio, los estudios no son alentadores, puesto que repercute enormemente en su rendimiento académico.

Se halló un coeficiente de correlación significativa moderado de $Rho = 0,412$ para la variable hábitos de estudio. De igual manera un de $Rho = 0,521$, en relación a la variable autoestima. Es notorio y preocupante que ambos fenómenos estudiados presentan deficiencias en la población estudiada, se confirma que a regular práctica de hábitos de estudio y autoestima, se produce regular rendimiento académico en la población estudiada.

PALABRAS CLAVES: Hábitos de estudio, autoestima, rendimiento académico.

ABSTRACT

This scientific study is to establish the relationship between the variables: study habits, self-esteem with academic achievement of students in the x semester of the EAPE - Faculty of Education - UNMSM, 2015, then applied the results collection instruments data for each variable.

By applying the software package SPSS version 21, the formula of Spearman's rho was used, 5% error, the relationship between the variables study habits, self-respect to academic performance was established, it was found a $Rho = 0.245$ and significance of $p = 0.034$, determined a significant decrease relationship between the study variables.

The low levels found in the study habits that exercise as compared to study behavior, academic papers, exam preparation, attitude in class, study time, students is not encouraging, since greatly affects their academic performance.

significant correlation coefficient moderate $Rho = 0.412$ for the variable study habits was found. Similarly one $Rho = 0.521$, regarding the self variable. It is noteworthy and disturbing phenomena studied both deficient in the study population, it is confirmed that a regular practice of study skills and self-esteem, academic performance regularly occurs in the population studied.

KEYWORDS: study habits, self-esteem, academic performance.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación describe la relación existente entre la autoestima y hábitos de estudios en relación al rendimiento académico de los estudiantes del x semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

Es conocido que algunos estudiantes son muy inteligentes porque permanentemente sacan buenas notas. Sin embargo algunos estudiantes se sienten desmotivados, porque pese a sus esfuerzos otros son los que obtienen las notas más altas. No se debe a la genética, se trata simplemente a que los hábitos de estudio que practican, no cumplen con las expectativas, sin embargo los otros ejercitan mejores hábitos de estudio. De ellos se puede señalar como: crear un plan de estudio, tomar descansos, crear apuntes propios, dormir lo suficiente, realizar preguntas, examinarse regularmente, aprender de los errores, practicar bajo condiciones de examen, aplicar el conocimiento a problemas reales, seguir lo que les apasiona.

La autoestima es considerado como: pensamientos, evaluaciones, sentimientos y comportamiento hacia uno, la manera de comportarnos, los rasgos y nuestro carácter. Se considera en los siguientes aspectos: el auto reconocimiento, auto aceptación, auto valoración, auto respeto, auto superación.

El presente estudio es importante, en cuanto las variables estudiadas tienen que ver con el nivel de rendimiento académico que presentan los estudiantes del nivel universitario, sin embargo se observan un desfase, porque aún los estudiantes presentan serios problemas, probablemente el mencionado problema acarrean desde la primera infancia.

Por otro lado, se utilizó la investigación del enfoque cuantitativo, multivariable, para la prueba se empleó las hipótesis estadísticas por un

lado se afirma y por otro se niega el nivel correlación entre las variables en estudio.

Para efectos de concretizar el presente trabajo se trabajó en 4 capítulos: I comprende el problema de Investigación, II el marco teórico, III metodología de la investigación, IV trabajo de campo y contraste de las hipótesis.

Finalmente se presenta, la discusión de los resultados, las conclusiones, sugerencias, referencias bibliográficas, los anexos: los instrumentos de recolección de datos, la ficha de validación de los instrumentos por los expertos.

LA TESISISTA

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1. Fundamentación del problema:

La mayoría de los estudiantes egresan de educación universitaria sobre todo los que estudian para ser docentes, con ciertas limitaciones de regular para abajo, los deseos de forjarse una carrera profesional adecuada muchas veces se convierten en pesadillas, resultando un problema que aqueja a la mayoría de los egresados. Puesto se ve reflejado cuando tienen que ejercer o competir en los centros de labores.

Las instituciones de Educacion Superior, universidades o institutos superiores, los estudiantes al ingresar presentan bajo rendimiento academico, repercute el estudiante, generando frustracion academica. Comprometiendo dicha preocupacion, a los demas agentes educativos, involucrados en la formacion profesional.

La experiencia demuestra que un número significativo de alumnos de enseñanza superior presentan bajo rendimiento. Es necesario el aumento de la exigencia académica, necesidad de organización del trabajo académico,

dedicación al estudio, preparación durante los exámenes, autonomía, etc. Formando parte como dimensiones de los hábitos de estudio.

Los hábitos de estudio son necesarios para mejorar el aprendizaje. Conviene sacar el máximo provecho la práctica consciente del estudio por técnicas adecuadas. Siendo un factor determinante para obtener buenas formación académica.

1.2. Formulación del problema:

1.2.1. Problema general:

¿De qué manera los hábitos de estudio, autoestima se relacionan con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015?

1.2.2. Problemas específicos:

Asimismo del problema general se desagregan los siguientes problemas específicos:

- a) ¿En qué medida se relaciona los Hábitos de estudio, con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015?
- b) ¿En qué medida se relaciona el autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Conocer la relación entre los Hábitos de estudio, autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

1.3.2. Objetivos específicos:

- a) Determinar en qué medida se relaciona los Hábitos de estudio, con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.
- b) Establecer en qué medida se relaciona el autoestima, con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

1.4. Justificación:

El presente estudio de investigación científica se justifica porque se trata de establecer las relaciones entre las variables: hábitos de estudio, autoestima referente al rendimiento académico en estudiantes de educación universitaria, sobre todo del pre grado. Toda vez que se nota problemas entre las variables en estudio, amerita estudiarse porque se encontraría las causas que ocasionan una baja calidad de formación profesional.

1.5. Alcances y limitaciones

La presente investigación pretende ser validada en los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

- Los resultados de la presente investigación serán generalizados en la población en estudio.

1.6. Fundamentación de la hipótesis

El manejo de los hábitos de estudio tanto como la autoestima son fundamentales para el logro de los objetivos trazados en estudiantes de todo nivel educativo, sobre todo en educación superior.

Según, Vásquez (1986) señala que “si un educador se propone crear y mantener técnicas y hábitos de estudio en sus alumnos solo cuenta con lo que la escuela posea para que se adquieran los hábitos considerados como buenos o útiles y reforzar al estudiante entre lo que se encuentra: materiales de estudio bien diseñados y organizados y la buena voluntad, el deseo de enseñar y el afecto del docente”.

Por otro lado, Branden (1994) “La autoestima es una poderosa fuerza dentro de cada uno de nosotros. Comprende mucho más que ese sentido innato de autovalía que presumiblemente es nuestro derecho al nacer, esa chispa que los psicoterapeutas o maestros intentamos avivar en aquellos con quienes trabajamos y que es solo la antesala de la autoestima. La autoestima es la experiencia de ser aptos para la vida y para las necesidades de la vida. Más específicamente consiste en: Confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos básicos de la vida, confianza en nuestro derecho de ser felices, y el sentimiento de ser digno, de merecer, de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y gozar de los frutos de nuestros esfuerzos.”

1.7. Formulación de la hipótesis

Las hipótesis se plantean en forma estadística alterna y nula.

1.7.1. Hipótesis general

HG1. Existe relación significativa entre los hábitos de estudio, autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

HGO. No existe relación significativa entre los hábitos de estudio, autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

1.7.2. Hipótesis específicas:

1.7.2.1. Hipótesis específica 1

Ha. Existe relación significativa entre los Hábitos de estudio con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

Ho. No existe relación significativa entre los Hábitos de estudio con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

1.7.2.2. Hipótesis específica 2

Ha. Existe relación significativa entre el autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

Ho. No existe relación significativa entre el autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

1.8. Identificación y clasificación de las variables

En base a los problemas, objetivos y las hipótesis, las variables de nuestra investigación se han clasificado de la siguiente manera:

1.8.1. Variable (X) :

- HÁBITOS DE ESTUDIO

1.8.2. Variable (Y) :

- AUTOESTIMA

1.8.3. Variable (Z):

- RENDIMIENTO ACADÉMICO

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Existen trabajos en el medio sin embargo en el exterior existen trabajos similares.

A. Antecedentes internacionales

Martha Guzmán (2012) en su tesis, para optar el Grado Académico de Doctor de la Universidad Complutense de Madrid – España, titulada *“Modelos predictivos y explicativos del rendimiento académico universitario: caso de una institución privada en México”*, tuvo por objetivo principal proponer y validar empíricamente distintos modelos que permitan explicar y predecir el rendimiento académico de los alumnos universitarios, en sus distintas carreras profesionales, identificando los factores que lo afectan positivamente. Entre los resultados se destaca que los factores que afectan el rendimiento

académico de los alumnos en las carreras profesionales son diferentes y en diverso grado, por lo que existe un modelo distinto para cada una de ellas.

Carmen – Rosa Villegas Osuna, y Francisca Muñoz Osuna (2009) realizaron una investigación titulada *“Los Hábitos de estudio en el área de Química Orgánica y su impacto en el rendimiento académico de los alumnos de la Universidad de Sonora”* (México). La finalidad de esta investigación fue conocer si existe influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de la asignatura de Química Orgánica. Para la recolección de datos se utilizó un instrumento denominado Cuestionario sobre Hábitos de Estudio construido a partir de una revisión previa de los reportados en otras investigaciones (conformada por 46 ítems). Llegando a la conclusión que existe un considerable número de estudiantes que requieren corregir sus hábitos de estudio, principalmente con respecto a la forma en que distribuyen su tiempo y hábitos de concentración y con relación a los métodos y técnicas de estudio, se sugiere que los docentes incentiven la realización de estas actividades ya que los estudiantes sólo las realizan en ocasiones, afectando su rendimiento académico.

B. Antecedentes nacionales

Lizeth Terry Torres (2008) en su tesis *“Hábitos de estudio y autoeficacia percibida en estudiantes universitarios, con y sin riesgo académico”*. La presente investigación tuvo por objetivo determinar la relación de los hábitos de estudio y la autoeficacia percibida según la condición académica. Para esta investigación se aplicaron dos instrumentos psicométricos.

Para evaluar el nivel de autoeficacia se utilizó la Escala de Autoeficacia General (Scharwer, 1998) y para los hábitos de estudio se utilizó el Inventario de Hábitos de Estudio de Pozar (Pozar, 1989). Concluyendo que existe una relación significativa entre las escalas de hábitos de

estudio y la autoeficacia percibida, siendo esta asociación mayor con algunas escalas como la de asimilación de contenidos y condiciones ambientales de estudio.

Virgilio Vildoso (2003) en su tesis, para optar el grado académico de Magister en Educación de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, titulada *“Influencia de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Agronomía de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann”*, tuvo por objetivo determinar y analizar si los hábitos de estudio y la autoestima influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de 2do, 3ro y 4to año lectivo 2003 de la Escuela Académico Profesional de Agronomía de la institución en estudio. Entre los resultados se destaca que el análisis de regresión múltiple nos permite aceptar la hipótesis de la investigación, es decir existe influencia significativa de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los alumnos de la institución en estudio. Asimismo, señala que existe correlación significativa entre los hábitos de estudio, la autoestima y el rendimiento académico.

José Luis Acuña (2013) en su tesis, para optar el grado académico de Magister en la Universidad Nacional Faustino Sanchez Carrión, titulada *“Autoestima y rendimiento académico de los estudiantes del X ciclo 2012 - II de la Escuela Académica Profesional de Educación Primaria y problemas de aprendizaje de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión –Huacho”*, tuvo por objetivo determinar la relación existente entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes del sexo femenino del X ciclo 2012 – II de la Escuela Académica Profesional de Educación Primaria de la institución en estudio.

Entre las conclusiones se destaca que existe una correlación positiva entre las dos variables de estudio, esto debido a que la población en estudio presenta favorablemente una autoestima media y alta, influyendo positivamente en su rendimiento académico (Bueno y

excelente) dentro de la institución universitaria. Por ello recomienda que esta institución , tenga en cuenta este aspecto fundamental dentro de la educación de los estudiantes, con el fin de intensificar un trabajo complementario de asesoría y tutoría de parte de los docentes de la Escuela Académica Profesional de Educación Primaria y Problemas del Aprendizaje de la Facultad de Educación, en la que tenga como objetivo fortalecer la autoestima de los estudiantes (muchas veces baja) a niveles más altos (media y alta), en la cual permita alcanzar en los estudiantes un positivo Nivel académico bueno y excelente.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Hábitos de estudio

2.2.1.1. Conceptualización

Covey (1989) define el hábito como una intersección de conocimientos representada por el paradigma teórico, que responde al qué hacer y el por qué, la capacidad es el cómo hacer y el deseo la motivación es el querer hacer. Para convertir algo en un hábito se requiere de éstos tres elementos. Para hablar de hábitos efectivos es imprescindible referirse a los tres aspectos, donde cada uno de ellos responde a un área importante, sin dejar de lado la cohesión e interacción que debe existir en cada uno de ellos.

Grafico nº 01: Trilogía de los hábitos de estudio



Fuente: Covey (1989)

Asimismo, Quelopana (1999) explica que el hábito es una costumbre para hacer algo como natural, el hábito de estudiar es la práctica de estudio sin necesidad de ordenar de nuevo para hacerlo; una persona no nace con el hábito; éste se adquiere y se aprende todo estudiante requiere y necesita desarrollarlo.

Vicuña (1998), citando a Hull, afirma que un hábito es un patrón conductual aprendido que se presenta mecánicamente ante situaciones específicas generalmente de tipo rutinaria, donde el individuo ya no tiene que pensar ni decidir sobre la forma de actuar. Los hábitos se organizan en jerarquías de familia de hábitos en función al número de refuerzos que las conductas hayan recibido, desarrollan diferentes niveles de potencial excitatorio, las de mayor intensidad serán las primeras en presentarse debido a que reciben menor tendencia inhibitoria.

Desde este punto de vista el estudio es una situación específica en la cual el individuo emitirá un conjunto de conductas, que en el campo específico de las conductas no dependen del ensayo error y éxito accidental sino de las consecuencias que sus conductas producen en interacción fundamental con los profesores, quienes con la metodología de enseñanza y evaluación refuerzan selectivamente algunas conductas. Vicuña plantea como aspectos esenciales de los hábitos de estudio, la técnica, la organización, el tiempo y la distractibilidad.

Poves (2001) señala que el hábito de estudio es una acción que se realiza todos los días aproximadamente a la misma hora, la reiteración de ésta conducta en el tiempo va generando un mecanismo inconsciente.

Según Hernández (1988) son un conjunto de hábitos de trabajo intelectual que afectan a las funciones de motivación, condiciones físicas y destrezas instrumentales básicas para el estudio; cada una de

éstas proporciona elementos que permiten un adecuado desenvolvimiento del estudiante en el que hacer educativo, así como en su contexto personal.

Martínez, Pérez y Torres (1999) definen a los hábitos de estudio como “la práctica constante de las mismas actividades; se requiere de acciones cotidianas, las cuales serán con el tiempo un hábito afectivo siempre y cuando sean asumidas con responsabilidad, disciplina y orden.

Belaunde (1994) considera que el concepto de hábito de estudio está referido al modo como el individuo se enfrenta cotidianamente a su quehacer educativo, es la costumbre natural de procurar aprender permanentemente, lo cual implica la forma en el que el individuo se organiza en cuanto a tiempo, espacio, técnica y métodos, concretos que utiliza para estudiar.

Por otro lado, Rondón (1991) define hábitos de estudio como conductas que manifiesta el estudiante en forma regular ante el acto de estudiar y que repite constantemente.

Considerando los aportes de los autores anteriormente citados, se asume que los hábitos se adquieren por repetición y acumulación de actos pues mientras más se estudie y se haga de manera regular en el mismo lugar y a la misma hora se podrá arraigar e interiorizar el hábito de estudio. Siendo el estudio un proceso consciente, deliberado que requiere tiempo y esfuerzo; el cual involucra conectarse con un contenido, es decir, implica la adquisición de conceptos, hechos, principios, procedimientos y relaciones dentro de un contexto.

2.2.1.2. Formación de los hábitos de estudio

Los hábitos de estudio llegan a adquirirse con constancia y perseverancia, organizándose mental y físicamente para lograr un fin determinado de modo eficiente.

Cuando el estudiante acepta en forma voluntaria que desea estudiar, mejora la concentración y la atención, rinde más. Por lo tanto para convertirse en un estudiante eficiente es necesario que se programe el trabajo escolar.

Para que se dé la formación de hábitos es evidente que el ejercicio es necesario; pero la práctica no conduce al aprendizaje. Saber si lo que hace está bien o mal incita al individuo a modificar su conducta para que sea más eficiente en su estudio.

Además Mira y López (2000) señalan que el docente debe iniciar a sus estudiantes la práctica dirigida, es decir, el estudio debe ir bien orientado, o sea, hacerles ver en todo momento los objetivos que pueden alcanzar con su actividad, y que comprendan el propósito del estudio ya que este sin orientación es algo estéril. El estudio no puede motivar al alumno si éste no sabe por qué y paraqué lo realiza.

En ese orden de ideas Vásquez (1986) señala que si un educador se propone crear y mantener técnicas y hábitos de estudio en sus alumnos solo cuenta con lo que la escuela posea para que se adquieran los hábitos considerados como buenos o útiles y reforzar al estudiante entre lo que se encuentra: materiales de estudio bien diseñados y organizados y la buena voluntad, el deseo de enseñar y el afecto del docente.

Del mismo modo Correa (1998), señala que en la escuela, la formación de hábitos de estudio presenta debilidades, ya que muchos docentes

poseen pocos conocimientos al respecto y no cuentan con las herramientas necesarias, especialmente en el nivel secundaria, los programas no contienen objetivos donde se trate un aspecto tan importante como lo son los hábitos de estudio, de allí que los docentes no cuentan con los recursos necesarios para ayudar en esta formación, la considera sumamente Importante para el futuro del alumno.

Con lo indicado en líneas anteriores, creemos que la formación de los hábitos de estudio demanda un proceso de enseñanza y ejercitación así el docente con su práctica educativa enseñará a sus estudiantes a aprender en primer lugar y permanentemente a movilizar su energía psicológica fortaleciendo su interés por el conocimiento y la importancia del mismo a través de conocimientos y enseñanzas que el estudiante use y le sirvan. Creando espacios para que el estudiante descubra su mejor momento de estudio.

Enseñando a elaborar horarios de estudio, uso del tiempo libre, combinar periodos de tiempo de estudio con distracción y demostrando que el organizar el tiempo es provechoso y podemos hacer más actividades con mejor provecho.

Enseñar, demostrar y motivar a la lectura como el método, proceso y estrategia que nos permite conocer la cultura, la ciencia, a más de darnos espacios de entretenimiento, comunicación y diversión.

Potenciar y motivar la curiosidad científica a través de la realización de experimentos, demostrando la teoría enunciada con la aplicación práctica, el cuestionamiento permanente y respondiendo todas sus interrogantes, estimular al estudiante a que pregunte, a que nunca se quede con dudas, porque preguntar es la otra forma de aprender; enseñar a fundamentar sus afirmaciones con argumentos válidos.

2.2.1.3. Técnicas sobre los distintos hábitos de estudio

Para Cutz (2003) dice que el subrayado es resaltar con una línea las ideas fundamentales de un texto, se hace Se lee con atención el texto las veces que sea necesario para comprenderlo bien. Se subraya en cada párrafo las palabras que nos dan las ideas más importantes. Normalmente son nombres o verbos. Si quieres hacerlo perfecto utiliza subrayado con dos colores: uno para lo básico y otro para lo importante pero secundario. Sirve para reflejar lo más importante de un texto, para realizar un resumen posterior y para estudiarlo y poder aprenderlo fácilmente.

Y así mismo agrega que el resumen es reducir un texto manteniendo lo esencial y quitando lo menos esencial y quitando lo menos importante. Para resumir se subrayan las ideas fundamentales del texto, se ordena lo subrayado y se redacta con nuestras propias palabras. La síntesis Mientras estudiamos podemos ir sintetizando el contenido del texto en una hoja aparte. Cuando realizamos esta tarea, utilizando las palabras del autor, la llamamos “resumen”. Cuando lo hacemos con nuestras propias palabras, “síntesis”. Los esquemas y cuadros sinópticos.

No es una técnica sencilla ya que depende directamente de cómo se haya realizado el subrayado y la lectura. Un esquema debe presentar las ideas centrales del texto, destacadas con claridad. El esquema es como un resumen pero más esquematizado, sencillo y claro. Con un solo golpe de vista podemos percatarnos de la información que contiene el texto estudiado.

El concepto de hábitos de estudio involucra dos conceptos implícitos, como son: hábito y estudio, de modo que para definirlo como tal, es necesario tener claro estos últimos.

Vigo Quiñones (2008) señala que el estudio es el proceso realizado por un estudiante mediante el cual trata de incorporar nuevos conocimientos a su intelecto, en otras palabras es el proceso que realiza el estudiante para aprender nuevas cosas. Investigaciones recientes como la de Portillo Saa (2006) en el Salvador, aseveran que el estudio es un proceso consciente y deliberado, por lo tanto, requiere de tiempo y esfuerzo. Es una actividad individual, que involucra concentrarse con un contenido, lo que implica entre otras cosas, la adquisición de conceptos, hechos, principios, relaciones y procedimientos. Depende además, del contexto, es decir que la incidencia o la efectividad de una estrategia o proceso difieren en la medida en que existan variaciones en las condiciones de las tareas de aprendizaje.

Es un proceso orientado hacia metas, puesto que cuando se estudia, se lo hace en función de unos objetivos o metas preestablecidos que se pretende alcanzar en un determinado lapso.

De acuerdo con Vigo Quiñones (2008) que considera que un hábito, es un modo especial de proceder o conducirse, adquirido por repetición de actos semejantes u originados por tendencias instintivas. Por lo tanto, querer estudiar alcanza eficiencia cuando se convierte en una tendencia estable, o sea en un hábito.

Para ello debe haber un móvil o fuerza motriz que impulse a emprender y realizar tareas, estos móviles provienen de fines e intereses internos más que de factores.

Ruiz Sosa (2005) afirma que a nivel educativo, los hábitos facilitan el proceso de aprendizaje ya que provocan en el estudiante actos repetitivos que lo llevan a la culminación del proceso de aprendizaje. De este modo, los hábitos facilitan el aprendizaje significativo, y dentro de ellos, la lectura y la escritura son relevantes ya que proporcionan

una clave para adquirir conocimiento en todos los otros dominios del aprendizaje.

Belaunde Trilles (1994) sostiene que el concepto de hábitos de estudio se refiere al modo cómo el individuo se enfrenta cotidianamente a su quehacer académico. Es decir a la costumbre natural de procurar aprender permanentemente, lo cual implica la forma en que el individuo se organiza en cuanto a tiempo, espacio, técnicas y métodos concretos que utiliza para estudiar.

Compartimos los conceptos elaborados por Reyes Sánchez et al (1998) en las investigaciones realizadas a los alumnos ingresantes que cursaban las materias básicas matemática y física de la carrera de ingeniería agrícola. Los investigadores sostienen que el concepto de hábitos de estudio está íntimamente relacionado con el manejo de técnicas adecuadas para leer y tomar apuntes, con la apropiada distribución del tiempo, la concentración en el estudio, el lugar para estudiar, entre otras. Es decir, es muy importante lograr organizar y desarrollar su propio proceso de aprendizaje.

Luque (2006), demostró en la investigación realizada a alumnos de la Institución Educativa Secundaria de Cabana, Perú, que los hábitos de estudio influyen en el rendimiento académico de los estudiantes en el área matemática. Del mismo modo, también hace mención, a que se deben reforzar todas las dimensiones o categorías de la variable: espacio y ambiente de estudio, tiempo y planificación de estudio, métodos de estudio y motivación por el estudio, puesto que considera significativa su influencia en el rendimiento académico de los alumnos.

Del mismo modo, Vigo Quiñones (2008), al realizar el análisis de los datos recabados en su investigación sobre los hábitos de estudio infiere que existe la influencia de ellos en el rendimiento académico de los estudiantes del Instituto Superior Tecnológico Huando (Perú).

De lo expuesto, concluimos que la finalidad de los hábitos de estudio es lograr el aprendizaje, entendido éste desde una postura cognitivista como un proceso de comprensión, integración, interacción entre el sujeto y el medio, de asimilación y acomodación.

En cuanto a las técnicas de estudio, Portillo Saa (2006) considera que son las formas instrumentales y los aspectos procesales que se utilizan para acelerar y mejorar el aprendizaje y la práctica que se pretende a través del estudio. Es decir son ayudas prácticas para la labor de estudiar.

2.2.1.4. Importancia de los hábitos de estudio

Los hábitos de estudio son necesarios si se quieren progresos en el aprendizaje. Y en la actividad educativa, hay que tener en cuenta los mismos en todo momento. Está demostrado, según Mora (1998), que existe alta correlación entre hábitos de estudio y rendimiento. De aquí parte la importancia de formarlo en los alumnos.

Para Negrete (2007), la superación de todos los obstáculos cognitivos, externos e internos, que se necesitan para poder realizar el proceso de aprendizaje, se hace necesario contar con hábitos de estudio. Brown (1984) citado por Negrete, afirma que contar con buenos hábitos de estudio significa saber cómo administrar el tiempo, mejorar la concentración y la memoria, leer libros de texto, tomar apuntes, escribir temas e informes, presentar exámenes, hacer informes orales, mejorar la motivación escolar y las relaciones interpersonales.

García, Gutiérrez y Condemarín (2005) hacen referencia que la repetición constante de una misma acción, realizada bajo condiciones ambientales de espacio, tiempo y características iguales, favorecen la acción de estudiar o la fuerza de voluntad para producir una conducta mecánica: el hábito. De tanto repetir esta conducta se constituye en un comportamiento que modifica la actitud.

Al practicar los hábitos de estudio se obtienen ciertos beneficios:

- Disminución del tiempo de adaptación inicial.
- Menor esfuerzo de atención, por su automatización.
- Mayor precisión en la ejecución.
- Mejor uso del tiempo de estudio y ocio.
- Ahorro de esfuerzo y retraso en la aparición de la fatiga.
- Mayor rendimiento en el aprendizaje

La psicología enseña que los hábitos de estudio son sinónimos de ahorro de tiempo. Al practicarlos harán que las acciones sean más cómodas, aunque al principio resulten costosas. Se logrará un aumento en la voluntariedad, habrá una mejor disposición ante las dificultades que en el proceso se presenten, logrando incrementar la eficacia.

No se debe olvidar que los hábitos de estudio tienen que implicar tres características:

- a) Deben ser juiciosos y reflexivos. Tomarán en cuenta qué se persigue y cómo se persigue. De lo contrario, se convierten en manías.
- b) Flexibles, y ello los hace inteligentes. De lo contrario, se convierten en obsesiones.
- c) Deben ser también revisables y evaluables. Constantemente quien estudia debe preguntarse sobre los resultados reales que se obtienen.

García (2005) hacen referencia que la transformación de un hábito significa un progreso considerablemente valioso, porque entonces será más fácil iniciar la rutina de estudio.

Se debe recordar que la repetición refuerza el hábito. Éste se asegura respetando los horarios temporales; comenzar y dejar de estudiar,

siempre a la misma hora. Hasta no tener un hábito bien formado es muy peligroso hacer excepciones.

El hábito de no estudiar amenaza continuamente el hábito de estudiar. Lo que se escribe se recuerda mejor que lo que se lee.

Ordenar ideas, organizar el tiempo, la mente y el lugar de trabajo ayuda a formar el hábito. No se debe aprender algo que no se comprende, es por eso que al momento de estudiar es conveniente que se cuestione: quién, cómo, cuándo, dónde, para qué, etc. Se debe tener un lugar para cada cosa. Estudiar no es sinónimo de aprender. Se aprende si se estudia bien. Entre los factores que generan los hábitos de estudio se puede mencionar:

1. Lugar de estudio

Según Jiménez y Gonzales (2004) para poder garantizar que se pueda adquirir hábitos de estudio, se debe tener presente lo siguiente:

- Debe ser siempre el mismo lugar.
- Aislado, que no sea paso para otras habitaciones, ni lugar de reuniones.
- Sin ruidos y con buena iluminación
- Con ventilación, pues un ambiente cargado fatigará debido a la disminución de oxígeno.
- Limpio y ordenado. El orden ayudará a ser rápido y eficaz en el trabajo.

2. Administración del tiempo

Éste es un aspecto muy importante y se toma muy en cuenta, ya que es común que se desperdicie el tiempo en asuntos sin importancia. Se dice que el tiempo se desperdicia cuando no se hace uso de él o cuando es inadecuado. Por supuesto que el descanso es importante,

pero sin excederse. Negrete (2007) cita a Brown cuando menciona que “la investigación ha demostrado constantemente que la administración eficiente del tiempo es un factor importante en el éxito escolar, porque es fácil desperdiciarlo en actividades improductivas y sin ningún objetivo”

García et al.(2005) explican que una adecuada planificación del tiempo hace posible distribuir equilibradamente la jornada diaria y semanal para lograr completar el trabajo escolar, además de facilitar la concentración al crear el hábito de estudiar determinadas materias en un instante y lugar determinado, permitiendo aprovechar el tiempo libre para la recreación.

Lo anteriormente mencionado, hace reflexionar sobre la importancia de saber administrar el tiempo, primer paso para lograr la formación de los hábitos de estudio. Algunas sugerencias que se dan a este respecto son: contar con una agenda de trabajo, asignar tiempos específicos a cada actividad, tener presente el tiempo real para poder estudiar o realizar tareas, programar exámenes, permisos, vacaciones, etc. Es de vital importancia que se aprenda a ser eficientes en el manejo del tiempo.

3. Concentración

Un aspecto importante es mejorar la concentración. La mayoría de los estudiantes se distrae fácilmente y no se pueden concentrar al momento de estudiar. Es por eso que el ambiente donde se estudia debe estar libre de distracciones.

Olcese (2002) define la concentración como la función de la mente, por la que ésta dirige sus esfuerzos hacia un objeto determinado para percibirlo mejor. Es un acto en que se reflexiona en forma profunda, focalizando conscientemente la atención sobre un material o un

estímulo determinado. Entre más sentidos intervengan en lo que se hace, mayor será la atención que se preste.

La máxima capacidad de concentración de un adolescente o un adulto normal dura de 20 a 30 minutos, después de este tiempo intervienen otros estímulos que impiden lograrla al máximo. Cuando todo el campo de la conciencia está acaparado, el registro se produce con fuerza y sin omisión ni error. Asegurando así la formación de recuerdos precisos e inalterables.

El mismo autor, expone la siguiente propuesta sobre cómo mantener la concentración durante el estudio y el trabajo:

a. Crear un fuerte motivo

- Aclarar los fines vocacionales.
- Adquirir experiencia con la práctica de lo aprendido.
- Establecer una meta y plazos para alcanzarla

b. Despertar interés

- Buscar utilidad en lo que se hace.
- Relacionarlo con actividad

c. Trabajar rápido

- Evitar pensamientos ociosos o extraños en el trabajo
- Evitar el conflicto en otras actividades
- Buscar tareas adecuadas; ni demasiadas fáciles, ni muy difíciles.

4. Memoria

Se ha experimentado frustración al tratar infructuosamente, de recordar algo que se creyó saber muy bien. El olvido es producto del escaso uso de la memoria. Así también, entre mayor sea el tiempo que se pasa para utilizar el conocimiento, mayor es la probabilidad de que lo que se recuerde sea incompleto o inexacto. Olcese (2002) precisa la memoria como la capacidad de recordar, evocar experiencias vividas, retener lo aprendido para luego sacarla a la luz cuando sea necesario. Es importante por lo descrito con anterioridad, no convertir nuestra memoria en basurero, sino por lo contrario en un depósito de riquezas intelectuales, experiencias profundas capaces de ayudarnos en el momento oportuno.

García et al. (2005) definen memorizar como la capacidad de conservar experiencias e informaciones del mundo que rodea al individuo. La memoria permite repetir, evocar, recordar y retener lo previamente aprendido. La memoria se caracteriza por tres fases que son:

- a. *Adquisición o registro:* Se percibe y codifica la información recibida, seleccionando interiormente solo aquellas en las cuales se centra nuestra atención. Esta etapa está muy relacionada con factores emocionales y en ella se puede influir para mejorarla.
- b. *Conservación, retención o almacenamiento:* Es el paso que se da entre el momento de la adquisición y la evocación de lo que se ha retenido. Se debe tener claro que no todo lo que se adquiere se conserva, algunas se olvidan y otras sufren modificaciones.
- c. *Recuperación, reactivación o recuerdo:* En esta fase la información que se encuentra en la memoria resurge y es utilizada.

5. Forma de leer un texto

La lectura es un medio importante para la adquisición de conocimientos, pero el saber leer, significa manejar varias capacidades de tipo técnico, es decir, que para aprender se requiere que el alumno comprenda lo que lee, extraiga la información y las ideas principales, al mismo tiempo que las relaciona con lo que conoce reorganizándolas y sintetizando de acuerdo a su criterio.

García (2005) explican que la lectura es un proceso activo, el cual exige una participación activa por parte del lector ya que al momento de la lectura la mente realiza dos trabajos distintos: descifrar el texto y comprender el mensaje del autor, esto implica descodificación y comprender diferentes tipos de textos. Al momento de fomentar el hábito de la lectura se encuentran alumnos que practican malos hábitos lectores.

Asimismo, García (2005) señala los malos hábitos de lectura que con frecuencia se cometen, entre los que el autor cita están:

- Vocalización: mover los labios mientras se lee. La mente va más rápido que los labios. No conviene verbalizar cuando se lee silenciosamente, se pierde velocidad.
- Sub vocalización: pronunciar mentalmente las palabras. Solamente con un golpe de vista se debe descubrir el sentido de cada palabra.
- Señalización: señalar con el dedo o lápiz, se debe mover sólo la vista, sin ponerle obstáculos.
- Regresión volver constantemente atrás mientras se lee, esto es el regreso a párrafos ya leídos. Se debe tratar de comprender el texto a la primera lectura, sin volver atrás a revisar

conceptos. Las regresiones son adecuadas en la lectura de estudio para reforzar alguna idea o frase importante.

Para no caer en los malos hábitos antes descritos, uno de los métodos que se puede aplicar es el método EPL 2R. Álvarez, Fernández, Rodríguez y Bisquera (1988) explican que este método significa hacer uso de la exploración, preguntas, respuesta y revisión.

- a) **Exploración:** Antes de empezar a estudiar conviene saber qué es lo se va a estudiar. Es explorar el pre saberes para que logren encontrar un sentido en el proceso de aprendizaje.
- b) **Preguntas:** A partir de la primera exploración el lector puede formularse una serie de preguntas. La respuesta de estas preguntas formará su objetivo de estudio.
- c) **Lectura:** En esta fase se busca la comprensión de la lectura. Es decir en otras palabras, es hacer una lectura analítica.
- d) **Respuesta:** Luego de la lectura analítica, el lector debe ser capaz de responder a las preguntas que se había planteado en el segundo paso de este método.
- e) **Revisión:** Esta parte trata de que al final, se debe dar una revisión rápida del tema.

6. Preparación para los exámenes

Las pruebas son controles objetivamente realizados, con el propósito de establecer cómo se encuentra el alumno en el aprendizaje. Muchas veces con respecto a este tema, se comete el error de estudiar en las vísperas del examen y luego al día siguiente se llega al mismo cansado.

García (2005) menciona que el estar cerca de una evaluación, no debe llevar a realizar cosas excepcionales como quedarse sin dormir, sin comer, etc. Sino por el contrario, desde que empiezan las clases se inicia con la preparación a las pruebas. El autor propone los siguientes pasos:

1. Al iniciar el estudio debes preguntarte ¿Qué hay que hacer? ¿De cuánto tiempo se dispone y cuánto se necesita?
2. Realizar repasos periódicos.
3. Repasar con base en resúmenes y esquemas
4. El día anterior hacer un repaso intensivo
5. El mismo día no estudiar, solo revisar.

Los niños no nacen con hábitos formados, se deben ir formando conforme a las exigencias de su entorno. Y la escuela es una parte muy importante para el desarrollo de los mismos. Se enseñan muchas cosas, pero a estudiar casi nunca se hace.

El aprendizaje es un largo proceso, para que los alumnos logren realizarlo de forma fácil y logrando resultados satisfactorios, es necesario que posean hábitos de estudio, que serán las herramientas que le permitirán una aproximación sistemática a los conocimientos ya elaborados y le ayudarán a la creación de nuevos conocimientos.

Los hábitos de estudio ayudan a hacer operativa nuestra actitud frente al estudio y el aprendizaje. Favorecer la atención y la concentración, exigen distinguir lo principal de lo secundario, e implica no sólo lo visual, sino también la escritura.

Gracias a los hábitos de estudio el alumno será capaz de ordenar las actividades educativas, fomentar su responsabilidad y así evitar improvisaciones. La actividad de estudiar requiere de tiempo y esfuerzo. Estas dos condiciones serán afectadas en forma positiva si el

alumno posee hábitos de estudio y en forma negativa sino no los poseen.

2.2.2. Autoestima

2.2.2.1. Conceptualización

Branden (1994) señala que el autoestima es una poderosa fuerza dentro de cada uno de nosotros. Comprende mucho más que ese sentido innato de autovalía que presumiblemente es nuestro derecho al nacer, esa chispa que los psicoterapeutas o maestros intentamos avivar en aquellos con quienes trabajamos y que es solo la antesala de la autoestima.

La autoestima es la experiencia de ser aptos para la vida y para las necesidades de la vida. Más específicamente consiste en: Confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos básicos de la vida, confianza en nuestro derecho de ser felices, y el sentimiento de ser digno, de merecer, de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y gozar de los frutos de nuestros esfuerzos.

La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad. Esta se aprende, cambia y la podemos mejorar. Es a partir de los 5-6 años cuando empezamos a formarnos un concepto de cómo nos ven nuestros mayores (padres, maestros), compañero, amigos, etcétera y las experiencias que vamos adquiriendo.

Según como se encuentre nuestra autoestima, ésta es responsable de muchos fracasos y éxitos, ya que una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de mí mismo, potenciara la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de

seguridad personal, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso.

En los ámbitos de la Educación y la Psicología existen muchos autores que se han preocupado del estudio de la autoestima por ser ésta un factor importante en el proceso de enseñanza - aprendizaje y en el desarrollo integral de la persona. A continuación, se expondrán algunas definiciones de autoestima recogidas de diversos autores.

Hertzog (1980) señala que la autoestima es un conjunto de experiencias que el individuo ha tenido consigo mismo y que lo conducen a un proceso de reflexión y autoevaluación.

La autoestima es una actitud valórica emocional, que se mueve por un continuo entre lo negativo y lo positivo. En este caso, lo que es valorado o evaluado es la autoimagen, o sea, la imagen que un individuo tiene de sí mismo.

Mézerville (1993) señala que autores como Alfred Adler y William James consideran la autoestima como el resultado de las metas propuestas. Además, indican que el proceso de la autoestima no sólo se desarrolla dentro del individuo, sino también se vincula con el éxito o fracaso que obtenga en la búsqueda de sus metas. Entonces, se puede entender que existen dos fuentes que sustentan a la autoestima: una fuente interna (el propio sentido de competencia al enfrentarse con el entorno) y una externa (la estima que otras personas tienen de un individuo).

Branden (1993) indica que la autoestima es la suma de la confianza y el respeto por sí mismo. Refleja el juicio implícito que cada uno hace acerca de su habilidad para enfrentar los desafíos de su vida (para comprender y superar sus problemas) y acerca de su derecho a ser feliz (respetar y defender sus intereses y necesidades).

Barón (1997) entiende la autoestima como la autoevaluación que cada persona hace de sí misma. Esta evaluación genera una actitud en el individuo que varía a lo largo de una dimensión positiva- negativa.

Entre los motivos que provocan la evaluación personal, Sedikides (1993) destaca:

- La autovaloración (búsqueda de un autoconocimiento positivo y negativo),
- La autosuperación (búsqueda de un autoconocimiento favorable), y
- La autoverificación (búsqueda de un autoconocimiento probablemente verdadero).

Las autoevaluaciones que realiza la persona son generalmente productos de comparaciones entre ésta y los demás miembros de la sociedad. En este sentido, una autoestima alta o baja dependerá del grupo con que el individuo se compare; por ejemplo, la autoestima aumentará si se percibe algo inadecuado en otras personas.

La identificación con un grupo también incide en el aumento de la estimación personal, “ya que la identidad social puede compensar algunos problemas relacionados con la identidad individual” (Barón, 1993).

Para fines del presente trabajo se entenderá la autoestima como la autoevaluación o juicio que la persona realiza de sí misma, configurando así una determinada autovaloración que dependerá de la comparación que haga el individuo con respecto al medio en el cual se desenvuelve y de la confianza y respeto que tenga de sí mismo. Esto influirá en las decisiones que tome en el transcurso de su vida.

2.2.2.2. Elementos que conforman la autoestima

Los conceptos de autoimagen, autovaloración y autoconfianza se consideran claves para entender el proceso de la autoestima, ya que éstos son los componentes que conllevan a la estimación propia.

a) *Autoimagen.*

La autoimagen es el “retrato” que la persona tiene de sí misma, siendo esta visión fidedigna, o sea, una imagen real del individuo. Esta capacidad de verse a sí mismo no mejor ni peor de lo que se es, considera un proceso de toma de conciencia de los deseos, sentimientos, debilidades, virtudes, etc., para obtener una autoimagen realista.

Una de las principales causas de una autoestima inadecuada es la falta de claridad en el conocimiento de sí mismo, lo que provoca sentimientos de superioridad o inferioridad, además de la ignorancia acerca de los defectos y virtudes que se poseen.

Las afirmaciones que puede plantear el individuo al momento de verse a sí mismo son: ¡me veo bien! O ¡me veo mal!

b) *Autovaloración.*

La autovaloración es apreciarse como una persona importante para sí y para los demás. Cuando la persona tiene una buena autoimagen es porque valora positivamente lo que ve y tiene fe en su competitividad. Por el contrario, cuando la persona tiene una autoimagen dañada es por la autoevaluación negativa que posee acerca de sí, lo que afecta a la capacidad de quererse y conocer sus virtudes.

Las exclamaciones que hace la persona al valorarse son ¡valgo mucho! o ¡valgo poco!

c) Autoconfianza.

La autoconfianza consiste en considerarse capaz de realizar diferentes cosas de manera correcta. Esta convicción interna permite al individuo sentirse tranquilo al momento de enfrentar retos y provoca cierta independencia frente a la presión que pueda ejercer un grupo.

Una persona que no confíe en sí misma es insegura y conformista, lo que se une a la impotencia e incapacidad para realizar tareas nuevas.

Las afirmaciones que realiza el individuo al momento de enfrentar un reto pueden ser ¡puedo hacerlo! O ¡no puedo hacerlo!

2.2.2.3. Tipos de autoestima

Según como se encuentre la autoestima, ésta será responsable de muchos fracasos o éxitos, ya que éstos están intrínsecamente ligados. Una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de sí mismo, potenciará la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal, así como también es la base de una salud mental y física adecuada, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso.

Maslow (1954), gracias a sus estudios, creó la conocida “Jerarquía de necesidades”. Ésta, además de considerar las evidentes necesidades como el agua, aire, comida y sexo, se amplía a cinco grandes bloques: las necesidades fisiológicas, necesidades de seguridad y reaseguramiento, la necesidad de amor y pertenencia, necesidad de estima y la necesidad de actualizar el sí mismo. Dentro de la necesidad de estima comienza a haber aproximación con la autoestima. Maslow describió dos versiones de necesidades de estima, una baja y otra alta. La baja autoestima es la del respeto de los demás, la necesidad de estatus, fama, gloria, reconocimiento, atención, reputación, apreciación,

dignidad e incluso dominio; en cierto sentido, es la autoestima que se genera por factores externos, por lo que las otras personas provocan en el individuo. En cambio, la alta autoestima comprende las necesidades de respeto por uno mismo, incluyendo sentimientos tales como confianza, competencia, logros, maestría, independencia y libertad, o sea, es la que el individuo genera en sí mismo.

La autoestima positiva o autoestima alta se desarrolla cuando la persona posee respeto y estimación de sí misma, a la vez que demuestra un sentimiento de superación a través del tiempo. No se considera mejor ni peor que el resto y, además, logra reconocer sus falencias.

La autoestima alta, según Plummer (1983) se relacionaba con la ejecución competente, porque las personas iniciaban conductas de búsqueda de ayuda y por esto podían completar satisfactoriamente las tareas encomendadas, a diferencia de los que poseían una autoestima baja.

Una persona con autoestima positiva manifiesta sentimientos de autoconfianza, necesidad de ser útil, autonomía, fuerza, etc., lo que conduce, de algún modo, a la felicidad y madurez.

Según Collarte (1990) la autoestima depende de los siguientes factores:

- **Sentido de seguridad:** éste se forma poniendo límites realistas y fomentando la responsabilidad y el respeto.
- **Sentimiento de pertenencia:** se desarrolla al fomentar la aceptación, la relación con las demás personas y entre las personas, la incorporación a trabajos colectivos y a la creación de ambientes adecuados y positivos.

- **Sentido del propósito:** este se obtiene permitiendo la fijación de objetos (metas) a través de la comunicación de las expectativas y el establecimiento de la confianza.
- **Sentido de la competencia:** se logra con la realización de opciones propias y la toma de decisiones, donde la autoevaluación y el reconocimiento de logros que tiene un papel fundamental.

Por lo tanto, de lo anterior se puede concluir que una persona con autoestima alta o un adolescente con autoestima positiva presentarán las siguientes actitudes:

- Un adolescente con autoestima sabrá elegir y decidir qué hacer con su tiempo, dinero, ropa y sus pertenencias, pues tendrá seguridad en sí mismo y asumirá con responsabilidad ciertas tareas o necesidades.
- Un adolescente con autoestima alta tendrá una mayor aceptación de sí mismo y de los demás. Le interesarán los desafíos, las tareas desconocidas, cosas y actividades nuevas que le permitan aprender o experimentar sensaciones nuevas, realizando esto con confianza.
- Tendrá confianza en la impresiones y en los efectos que el produce sobre los demás miembros de su familia y amigos, e incluso sobre las personas con mayor autoridad que él. No tendrá temor para expresar sus emociones como el reír, llorar, reírse de sí mismo, o decir lo que piensa, pues confía en quién es y cuánto vale.

La autoestima implica éxito, según James (1980). Aunque Epstein (1987) señalaba que si el éxito está implicado en la autoestima, entonces la posibilidad del fracaso también está presente. Una

autoestima alta puede derivar en dificultades para relacionarse con sus pares, principalmente en términos de sensibilidad hacia las necesidades o limitaciones.

Lo importante, entonces, es que la persona tenga una autoestima equilibrada, para así desarrollarse plenamente.

Por el contrario, la autoestima negativa o autoestima baja provoca carencia de respeto, insatisfacción personal y desprecio. Como la autoimagen es desagradable, el individuo desearía cambiarla, produciéndose una frustración personal, inclusive rabia, al no creerse capaz de convertirse en una persona mejor.

Una baja autoestima produce relaciones negativas entre la persona y su medio afectivo y social (familia, compañeros, amigos, etc.).

Branden afirma que “aparte de los problemas biológicos, no existe una sola dificultad psicológica que no esté ligada a una Autoestima Deficiente: Depresión, Angustia, Miedo a la intimidad, Miedo al éxito, Abuso de Alcohol, Drogadicción, Bajo rendimiento escolar, Inmadurez Emocional, Suicidio, etc. Y esto sucede porque el individuo está muy vulnerable y este concepto está ligado íntimamente a una autoestima baja” (Branden, 1993).

Según, Baumeister (1993) un individuo con esta característica será muy susceptible a sufrir algún daño de su entorno social; será como una herida abierta que al menor roce produce dolor y escozor. Esta situación puede derivar en provocar en el individuo una distorsión en cuanto a la percepción de sí mismo, siendo ésta negativa o bloqueando otras percepciones como los aspectos positivos de una situación, es decir, son muy sensibles a la información negativa de sí mismos.

Una persona con baja autoestima suele ser insegura, desconfía de sus propias facultades y no quiere tomar decisiones por miedo a equivocarse. Constantemente está necesitando la aprobación de los

demás, pues posee muchos complejos. Su percepción distorsionada de la realidad llega, incluso, a afectar su apreciación física.

Todo le produce un sentimiento de inferioridad. Algunas de las actitudes de una persona con baja autoestima son:

- Autocrítica dura y excesiva que mantiene a la persona en un estado de insatisfacción consigo misma.
- Hipersensibilidad a la crítica, por lo que se siente exageradamente atacado, herido; hecha la culpa de los fracasos a los demás o a la situación.
- Indecisión crónica, no por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
- Deseo innecesario por complacer, por el que no se atreve a decir “no”, por miedo a desagradar y a perder la buena opinión del peticionario.
- Perfeccionismo, autoexigencia esclavizadora de hacer bien todo lo que intenta, que conduce a un desmoronamiento interior cuando las cosas no salen con la perfección exigida.
- Culpabilidad neurótica, por lo que se acusa y se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas; exagera la magnitud de sus errores.
- Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, siempre a punto de estallar aún por cosas de poca importancia.
- Tendencias defensivas, es decir, un negativo generalizado junto con una inapetencia del gozo de vivir y de la vida misma.

- Falta de confianza en sí mismo, bajo rendimiento, visión distorsionada de sí mismo y de los demás. Una vida personal infeliz.
- Sentirse impotentes y autodestructivos. Repentinos cambios de humor.
- Inhibición de la expresión de los sentimientos por miedo a no ser correspondido.

Para concluir el apartado, se puede señalar que un adolescente con alta autoestima aprende más eficazmente, desarrolla relaciones más gratas, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se presenten para trabajar productivamente y ser auto eficiente; comparte, invita a la integridad, siente que es importante, tiene confianza en su propia competencia, tiene fe en sus propias decisiones y en que ella misma significa su mejor recurso. Sabe apreciar su propio valer y el de los demás; por ello solicita ayuda, irradia confianza y esperanza y se capta a sí mismo como ser humano.

En cambio, una persona con autoestima baja, sufre en forma crónica efectos negativos, especialmente sentimientos de inferioridad. Esto hace a las personas ansiosas, depresivas, aunque investigaciones más recientes han demostrado que los individuos con autoestima baja tienden a ser más precavidos, más auto-protectores y más conservadores que arriesgados; es como una protección a la vulnerabilidad.

Según Marchago (1992) la autoestima es un complejo y dinámico sistema de percepciones, creencias y actitudes de un individuo sobre sí mismo. Es multifacético, multidimensional pues incluye cuatro dimensiones: Autoconcepto académico, autoconcepto social, autoconcepto emocional y autoconcepto fisicomotriz. Por su parte, Branden (1995) refiere que la autoestima alude a una actitud hacia uno

mismo que se expresa en la forma habitual de pensar, amar, sentir, trabajar, estudiar y comportarse.

2.2.2.4. Características de la autoestima positiva

Los jóvenes que tienen un alto sentido de amor propio presentan las siguientes características.

- Demuestran un alto grado de aceptación de sí mismo y de los demás.
- Reconocen sus propias habilidades así como las habilidades especiales de otros.
- Se sienten seguros en su ambiente y en sus relaciones sociales.
- Presentan un sentido de pertenencia y vínculo con los demás.
- Tienen un buen rendimiento académico en la universidad
- Se sienten bien con sus trabajos
- Cuando se enfrentan a desafíos y problemas responden con confianza y generalmente alcanzan un alto grado de éxito.
- Planifica la vida positivamente en lo relacionado al tiempo y actividades (Douglas Mack y Branden)

2.2.2.5. Componentes del autoestima

Para Mruk y Alcántara (1999) la autoestima tiene tres componentes, ellos son:

a) *Cognitivo*: se refiere a la opinión que se tiene de la propia personalidad y de las conductas.

b) *Afectivo*: se refiere a la valoración de lo positivo y negativo que hay en el individuo, es un sentimiento de capacidad personal pues implica un diagnóstico del propio merecimiento o valor como ser humano. Este elemento consiste en una autoestimación que nace

de la observación propia de uno mismo y de la asimilación e interiorización de la imagen y opinión que los demás tienen y proyectan de nosotros.

- c) *Conductual*:** se refiere a la autoafirmación y a la autorrealización dirigida hacia el llevar a la práctica un comportamiento consecuente, lógico y racional.

2.2.2.6. Valores de la autoestima

Los siguientes valores son la base de la autoestima:

- *Valores corporales*: estimar nuestro cuerpo aceptarlo con sus limitaciones y defectos
- *Capacidad sexual*: sentirse orgulloso del sexo que se posee, para esto es necesario enseñar a la persona a vivir con responsabilidad la actividad sexual humana siendo importante el conocimiento de nuestra realidad psíquica, biológica y social.
- *Valores intelectuales*: son los más duraderos, debemos identificar los talentos propios de la inteligencia pues de esta manera se llega al aprecio y valoración afectiva del mismo.
- *Valores estéticos y morales*: El primero se refiere al amor a la belleza, así debemos identificar nuestras habilidades e inclinaciones para con la danza, la música, la escultura, la pintura etc. ello contribuye a valorar nuestras cualidades. Y el segundo se dirige al respeto de normas propias de una sociedad (prudencia, fortaleza, libertad, paz, responsabilidad, tolerancia, cooperación, solidaridad, respeto a los demás, rechazo a toda discriminación etc.).

- *Valores Afectivos*: Son sentimientos propios del ser humano como la compasión, alegría, esperanza, deseo, audacia, serenidad y amor; dignos de aprecio los cuales son la base sobre la cual se edifica nuestra estima. (Horma, 1997)

2.2.2.7. Comportamiento que expresa autoestima

Douglas Mack (1982) indica que la autoestima influye mucho sobre el comportamiento. Solemos comportarnos según nos veamos y según la autoestima que tengamos.

Branden (1995) agrega que así el individuo con autoestima expresa la alegría de estar vivo a través de su cara, modales, modo de hablar (con voz modulada y una intensidad apropiada a la situación). Pues sus palabras son espontáneas y tiene facilidad de movimiento, su postura es relajada y erguida bien equilibrada. Es decir existe armonía en lo que dice y hace, cómo mira, cómo opina y cómo se mueve. Así mismo la persona con autoestima es capaz de hablar de sus virtudes y defectos con franqueza y honestidad. Está abierto a las críticas y se siente cómodo admitiendo sus errores.

2.2.2.8. Factores que dañan la autoestima

Douglas (1982) y Mruk (1999) observan que muchas veces observamos que tanto profesores como familiares expresan actitudes negativas a los jóvenes, estas acciones contribuyen a disminuir la autoestima de los estudiantes. Por consiguiente debemos evitar las siguientes acciones:

- Ridiculizarlo o humillarlo
- Castigarlo por expresar sentimientos “inaceptable” (llorar, encolerizarse, etc.)
- Transmitirle la idea que es incompetente

- Transmitirle que sus pensamientos y sentimientos no tienen valor o importancia.
- Intentar controlarlo mediante la vergüenza o la culpa
- Educarlo sin asertividad y empatía
- Maltratarlo moralmente
- Utilizar el miedo como recurso disciplinario.

Cabe señalar que el docente universitario del siglo XXI, deberá tener una formación mucho más centrada en el manejo de las dimensiones psicológicas de sí mismo y de los alumnos, además deberá desarrollar las aptitudes para asesorar, guiar, aconsejar, orientar y motivar a los estudiantes para su autoaprendizaje.(Trahtemberg, L. Op. cit. pp 12).

2.2.2.9. Pautas para el desarrollo de la autoestima

Para Clark, Clemen y Bean (2000) existen cuatro condiciones fundamentales que deben comenzar a experimentarse positivamente para elevar la autoestima, estas son:

- a) *La vinculación:* se refiere al establecimiento de relaciones sociales productivas y duraderas. Eso significa vincularse a una red significativa de actividades compartidas con otras personas, cumpliendo a su vez funciones numerosas e importantes en ella. La formación del individuo, así depende de conexiones familiares, culturales, comunitarias, étnicas, deportivas, ideológicas, etc. y del papel que juegue en tales nexos. La pregunta que aquí debemos responder es ¿Con quién me junto y comunico, y para qué?
- b) *La singularidad:* implica el reconocimiento y aprecio por la propia individualidad, a su vez fuerte y apoyada por los demás. Esta condición incluye respetar los derechos personales y ajenos, y saberse especial en tanto se siente que se puede saber y hacer

cosas que no son del dominio común. El individuo debe preguntarse:” ¿Quién soy y qué me distingue de los demás?”

- c) *El Poder:* es un sentimiento de capacidad para asumir responsabilidades, tomar decisiones, utilizar las habilidades que se tengan para afrontar problemas y solucionarlos, aún cuando la situación sea difícil. En este sentido, es una condición necesaria para cambiar el ambiente desfavorable. La pregunta a considerar es: ¿Qué puedo hacer y cómo?
- d) *Los modelos:* Montgomery (1997) agrega que son pautas de referencia para servir de guía vital (metas valores, ideales, intereses). La pregunta aquí es: ¿Cómo debo actuar?, ¿Hacia dónde voy?, ¿En qué creo?

2.2.2.10. Importancia del autoestima

Una buena autoestima contribuye a:

- Superar las dificultades personales: el individuo que goza de una buena autoestima es capaz de enfrentar los fracasos y los problemas que se le presente.
- Facilita el aprendizaje: La adquisición de nuevas ideas y aprendizajes están íntimamente ligadas a la atención y concentración voluntaria; la persona que se siente bien consigo mismo tiene motivación y deseo de aprender.
- Asumir su responsabilidad: el joven que tiene confianza en sí mismo se compromete y realiza sus trabajos lo mejor posible.
- Determinar la autonomía personal: una adecuada autoestima nos permite elegir metas que se quiere conseguir, decidir que actividades y conductas son significativas y asumir las responsabilidades de conducirse a sí mismo y sobre todo encontrar su propia identidad.

- Posibilita una relación social saludable: Las personas con adecuada autoestima se relacionan positivamente con el resto de las personas y sienten respeto y aprecio por ellos mismos.
- Apoya la creatividad: Una persona creativa únicamente puede surgir confiando en él mismo, en su originalidad y en sus capacidades.

Constituye el núcleo de la personalidad y garantiza la proyección futura de la persona: Es decir lo ayuda en su desarrollo integral. Con alto amor propio las personas llegan a ser lo que quieren ser, ofrecerle al mundo una mayor parte.

2.2.3. Rendimiento académico

2.2.3.1. Definición

Kerlinger (1988), mencionado por Reyes (2003), sostiene que la educación es un hecho intencionado; todo proceso educativo busca permanentemente mejorar el aprovechamiento del alumno. En este sentido la variable dependiente clásica en la educación es el rendimiento o aprovechamiento del estudiante. Touron (1984), define al rendimiento académico, como la relación existente entre lo obtenido y el esfuerzo empleado para obtenerla.

Pizarro (1985), considera que el rendimiento académico es una medida de las capacidades respondientes o indicativos que manifiestan, en forma positiva lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de formación. El mismo autor ahora desde una perspectiva propia del alumno, define al rendimiento como una capacidad que responde a estímulos educativos, susceptible de ser interpretado según objetivos o propósitos educativos preestablecidos. Este tipo de rendimiento académico puede ser entendido en relación a un grupo social que fija los niveles mínimos de aprobación ante un determinado cúmulo de conocimientos o aptitudes.

Heran y Villarroel (1987), sostienen que el rendimiento académico en forma operativa y tácita, es el número de veces que el alumno ha repetido uno o más cursos. Mientras que Kaczynska (1986), afirma que el rendimiento académico es el fin de todos los esfuerzos y todas las iniciativas educativas manifestadas por el docente y alumno, la importancia del maestro se juzga por los conocimientos adquiridos por los alumnos.

En tanto que, Chadwich (1979), define el rendimiento académico como la expresión de capacidades y de características psicológicas del estudiante desarrollado y actualizado a través del proceso de aprendizaje que posibilita obtener logro académico a lo largo de un período, que se sintetiza en un calificativo cuantitativo.

Benítez, Giménez y Osicka (2000), manifiestan que probablemente una de las dimensiones más importantes en el proceso de aprendizaje enseñanza lo constituye el rendimiento académico y cómo mejorarlo, se analiza en mayor o menor grado los factores que pueden influir en él, generalmente se consideran entre otros, factores socioeconómicos, metodología docente, los conceptos previos que tienen los alumnos, así como el nivel de pensamiento formal de los mismos. Sin embargo y en contraste Jiménez (2000), refiere que se puede tener una buena capacidad intelectual y buenas aptitudes y sin embargo no estar obteniendo un rendimiento adecuado.

Asumiendo una postura sobre el rendimiento académico en base a lo señalado por los autores previamente citados se manifiesta, que éste es un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el alumno, por ello, el sistema educativo brinda tanta importancia a dicho indicador. En tal sentido, el rendimiento académico se convierte en una tabla imaginaria de medida para el aprendizaje logrado en el aula que constituye el objetivo central de la educación.

Rodríguez (1995), sostiene que el rendimiento académico es el resultado del proceso educativo que expresa los cambios que se han producido en el alumno, en relación con los objetivos previstos. Estos cambios no sólo se refieren al aspecto cognoscitivo, sino que involucran al conjunto de hábitos, destrezas, habilidades, actitudes, aspiraciones, ideales, intereses, inquietudes, realizaciones, etc., que el alumno debe adquirir. Es decir, el rendimiento escolar no sólo se refiere a la cantidad y calidad de conocimientos adquiridos por el alumno en la escuela, sino a todas las manifestaciones de su vida.

Kaczynka (1986) y Linarr (1995), citando a Mariátegui afirman que el rendimiento académico, resume la influencia de todos los factores alumno, profesor, objetivos, contenidos, metodología, recursos didácticos, sistema de evaluación, infraestructura, mobiliario, hogar, sociedad, etc., que de una u otra manera influyen para lograr o no lograr los objetivos programados. Sin embargo los factores más importantes son el binomio humano: alumno - maestro. La función del maestro es estimular, planificar, dirigir y evaluar a los alumnos para que logren los objetivos programados, es decir, para formarlos o educarlos. No se debe olvidar que, "de todas las victorias humanas les toca a los maestros, en gran parte, la responsabilidad".

2.2.3.2. Importancia del rendimiento académico

Touron (1984), expresa que el rendimiento es la calificación cuantitativa y cualitativa, que si es consistente y válida será el reflejo de un determinado aprendizaje o del logro de unos objetivos preestablecidos. Por lo tanto el rendimiento académico es importante porque permite establecer en qué medida los estudiantes han logrado cumplir con los objetivos educacionales, no sólo sobre los procesos de interactividad sino en muchos otros aspectos; puede permitir obtener información para establecer estándares.

Taba (1996), señala que los registros de rendimiento académico son especialmente útiles para el diagnóstico de habilidades y hábitos de estudio, no sólo puede ser analizado como resultado final sino mejor aún como proceso y determinante del nivel. El rendimiento académico es fruto del esfuerzo y la capacidad de trabajo del estudiante, el conocer y precisar estas variables conducirá a un análisis más minucioso del éxito académico o fracaso del mismo.

Según Vargas (2001), el rendimiento académico de un estudiante depende en cierta manera del tipo de materias que estudia ya que su aprovechamiento depende de la complejidad y dificultad objetivas de las materias, de la capacidad que tenga para prenderlas, y del interés que despierten en él.

Además este autor señala que una estrecha relación de estos tres elementos, ya que un estudiante que tiene poca capacidad para cierto tipo de materias, tiene poca motivación para estudiarlas, y la falta de motivación e interés, se acentúan, en la medida en que dicha materia es más difícil y compleja.

2.2.3.3. Características del rendimiento académico

García y Palacios (1991), después de realizar un análisis comparativo de diversas definiciones de rendimiento académico, concluyen que hay dos elementos que lo caracterizan.

Es dinámico ya que el rendimiento académico está determinado por diversas variables como la personalidad, actitudes y contextos, que se conjugan entre sí. Estático porque comprende al producto del aprendizaje generado por el alumno y expresa una conducta de aprovechamiento, evidenciado en notas; por consiguiente el rendimiento académico está ligado a calificativos, juicios de valoración, está relacionado a propósitos de carácter ético que incluye

expectativas económicas, lo cual hace necesario un tipo de rendimiento en función al modelo social vigente.

2.2.3.4. Factores que influyen en el rendimiento académico universitario

Garbanzo (2007) refiere que un grupo de investigadores han considerado que los factores relacionados con el fracaso universitario están agrupados en tres grandes bloques: factores personales, factores socio – familiares, factores pedagógicos – didácticos. En cada uno de estos bloques encontramos numerosas variables, ellos son:

a) Factores personales: Hacen referencia a todos aquellos factores relacionados con el individuo que posee un conjunto de características neurobiológicas y Psicológicas. Así tenemos a:

- Personalidad
- Inteligencia
- Falta de motivación e interés
- Autoestima
- Transtornos emocionales y afectivos
- Transtornos derivados del desarrollo biológico
- Transtornos derivados del desarrollo cognitivo

b) Factores socio –familiares

- Factores socio - económicos: nivel socio - económico de la familia, composición de la familia, ingresos familiares.
- Factores socio - culturales: nivel cultural de los padres y hermanos, medio social de la familia.

- Factores educativos: Interés de los padres para con las actividades académicas de sus hijos, expectativas de los padres hacia sus hijos, expectativa de los padres hacia la formación universitaria de sus hijos, identificación de los hijos con las imágenes paternas

c) Factores académico universitario

1. Factores pedagógico –didáctico

- Plan de estudios inadecuados
- Estilos de enseñanza poco apropiados
- Deficiencias en la planificación docente
- Contenidos inadecuados
- Refuerzos negativos
- Desconexión con la práctica
- Escasez de medios y recursos
- Exigencia al estudiante de tareas inadecuadas
- No utilizar estrategias de diagnóstico
- Seguimiento y evaluación de los alumnos
- La no presencia de un conjunto de objetivos bien definidos
- Estructuración inadecuada de las actividades académicas
- Ambiente universitario poco ordenado
- Tiempo de aprendizaje inadecuado

2. Factores organizativos o institucionales

- Ausencia de equipos en la universidad
- Excesivo número de alumnos por aula
- Inestabilidad del claustro
- Tipo de centro y ubicación

3. Factores relacionados con el profesor

- Características personales del docente
- Formación inadecuada
- Expectativa de los profesores respecto a los alumnos
- Falta de interés por la formación permanente y la actualización
- Tipología del profesorado (Llarosa, 1994)

2.2.3.5. Pautas para mejorar el rendimiento académico universitario

Aduna y Márquez (1987) señalan que el docente puede contribuir a mejorar el rendimiento académico de los alumnos mediante las siguientes actividades:

- Motivar al joven universitario a realizar actividades orientadas al logro y a persistir en ellas.
- Fomentar en los alumnos una alta autoestima
- Contribuir en la resolución de conflictos personales mediante la orientación y comprensión, de ser necesario recurrir al apoyo psicológico.
- Contar con indicadores fiables del rendimiento académico (notas, informes, revisiones, autoevaluaciones desde diferentes ángulos).
- Distribuir los contenidos teniendo en cuenta las características de los estudiantes.
- Desarrollar talleres de orientación y formación de hábitos de estudio.
- Orientar en cuanto a los métodos, planes y horarios de estudio.

2.2.3.6. Relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico universitario

Quevedo (1993) destaca que algunas investigaciones han demostrado que los hábitos de estudio bien cimentados conllevan al alumno a tener un buen rendimiento académico

En consecuencia, como lo señala Aduna y Márquez (1987), el estudiante que tiene deficientes hábitos de estudio obtendrá un bajo rendimiento. Por consiguiente, ser estudiante universitario debe consistir ante todo en tener metas de estudio bien establecidas y una actitud muy particular frente al conocimiento, a ello debemos incorporar la importancia de la organización del tiempo y la planificación de las tareas académicas, pues es recomendable la elaboración de un horario, el uso de métodos y técnicas de estudio, estas actividades le permitirán al alumno alcanzar sus metas y lograr el éxito académico.

2.2.3.7. Relación entre el autoestima y el rendimiento académico universitario

La educación superior es un proceso que intenta conducir al alumno al máximo desarrollo de sus potencialidades intelectuales, valorativas y afectivas. Es pues la autoestima un factor que debe ser desarrollado, puesto que influye en la formación académica de los alumnos universitarios, así como lo refiere Manassero (1995) “el nivel de autoestima es responsable de muchos éxitos y fracasos académicos.”

Por consiguiente, Santin (1997) detalla que si se logra construir en el estudiante la confianza en sí mismo, el individuo estará más dispuesto a enfrentar obstáculos, dedicará mayor esfuerzo para alcanzar las metas educativas y buscará formas alternativas para conseguir dominar los trabajos académicos. A esto, Miranda (1998) resume que un positivo nivel de autoestima conlleva a la autorrealización y

satisfacción académico que contribuyen al desarrollo humano de un individuo.

El autoconcepto académico, la automotivación, el autoconocimiento, la autoevaluación y la autoapreciación son elementos de la autoestima que se relacionan más directamente con el rendimiento académico. Según lo señala Arancibia (1991), así el autoconcepto académico se evalúa a través conductas observables como:

- Relaciones con otros (nivel de confianza y aprecio que el estudiante logra con otras personas)
- Asertividad (acciones personales coherentes con los propios intereses y sentimientos)
- Compromiso (confianza en el propio potencial y enfrentamiento a Situaciones académicas).

En cuanto a la automotivación, éste elemento de la autoestima le permite al estudiante tener una fuerza interior la cual hace posible vencer todo obstáculo que impida el buen desarrollo académico, recordemos que en el nivel universitario el alumno tiene amplia libertad para organizar sus estudios, por lo tanto es necesario que el estudiante cuente con automotivación y voluntad para cumplir estrictamente con su horario de estudios y la organización de sus planes y actividades académicas.

Cabe señalar el aporte de Cardozo (2002) respecto a la automotivación, ella manifiesta que si éste elemento de la autoestima es fuerte somos capaces de superar las limitaciones que se nos presenten referente a nuestro aprendizaje, así podemos vencer la flojera, la desorganización, la falta de un lugar y ambiente adecuado de estudio e inclusive podemos no poseer grandes habilidades y aptitudes para aprender un oficio y una carrera, sin embargo con la automotivación el individuo logrará desarrollar, fortalecer e incrementar las habilidades y aptitudes que necesite. Gracias a la motivación hay

aprendizaje ya que perseveramos todos los días. Por lo tanto, los programas de intervención en estrategias cognitivas no deben estar aisladas del componente autoestima, puesto que es indispensable para el logro de objetivos académicos.

Respecto a los otros elementos de la autoestima tenemos al autoconocimiento el cual le permite al individuo reconocer sus habilidades, mientras que la autoevaluación ayuda al alumno a comprender mejor lo que saben y lo que no, con el objetivo de mejorar sus resultados académicos.

2.3. Términos básicos

- **Aprendizaje:** Entendemos por éste como la conducta de “aprender”, es decir, adquirir, procesar, comprender y aplicar luego una información que nos ha sido “enseñada”. El aprendizaje implica adquirir una nueva conducta y reflejar un cambio permanente en el comportamiento el cual absorbe conocimientos o habilidades a través de la experiencia.
- **Calificación universitaria:** Son los instrumentos utilizados por el sistema educativo para homologar los aprendizajes de los alumnos, este indicador es el único medio legal para acreditar la superación de las diferentes áreas y niveles del currículo universitario.
- **Hábitos de estudio:** Es el modo como el individuo se enfrenta cotidianamente a su quehacer académico, esto implica la forma en que se organiza en cuanto a tiempo y a espacio, las técnicas y métodos concretos que utiliza para estudiar".
- **Hábitos:** Es un patrón conductual aprendido que se presenta mecánicamente ante situaciones específicas generalmente de tipo rutinarias, donde el individuo ya no tiene que pensar ni decidir sobre la forma de actuar.

- **Logro académico:** representa el resultado alcanzado por el estudiante al finalizar la asignatura, que incluye, por supuesto, las aspiraciones, propósitos, metas, los aprendizajes esperados en los estudiantes, tanto desde el punto de vista cognitivo como práctico y afectivo – motivacional.
- **Motivación:** son los estímulos que mueven a la persona a realizar determinadas acciones y persistir en ellas para su culminación.
- **Rendimiento académico:** Es un resultado del aprendizaje, suscitado por la actividad educativa del profesor producido en el alumno, así como por la actividad autodidacta del estudiante. Los indicadores adecuados del rendimiento académico son los promedios de calificación obtenida por el educando, respecto a las asignaturas propias de su formación profesional.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Operacionalización de las variables

Las variables son operacionalizados de la siguiente manera:

3.1.1. Variable (X): Hábitos de estudio

a. Definición conceptual:

Poves (2001) señala que el hábito de estudio es una acción que se realiza todos los días aproximadamente a la misma hora, la reiteración de ésta conducta en el tiempo va generando un mecanismo inconsciente.

b. Dimensiones:

- ✓ Conducta frente al estudio
- ✓ Trabajos académicos
- ✓ Preparación de exámenes
- ✓ Actitud en clase
- ✓ Momentos de estudio

Tabla nº 01: Operacionalización de la variable (X) : Hábitos de estudio

VARIABLE X	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INDICE	INSTRUMENTO	
HÁBITOS DE ESTUDIO	Poves (2001) señala que el hábito de estudio es una acción que se realiza todos los días aproximadamente a la misma hora, la reiteración de ésta conducta en el tiempo va generando un mecanismo inconsciente.	Los hábitos de estudio se categorizan en: Conducta frente al estudio, Trabajos Académicos, Preparación para exámenes, Actitud en Clases, Momentos de estudio.	Conducta frente al estudio	Aplica la técnica del subrayado	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12			
				Busca en el diccionario las palabras desconocidas				
				Se pregunta y responde en su propio lenguaje lo que ha comprendido				
				Trata de memorizar lo estudiado				
				Repasa después de 4 a 8 horas lo estudiado				
				Relaciona el tema de estudio con otros temas				
			Trabajos Académicos	Estudia solo para los exámenes	13,14,15,16,17,18,19,20,21,22			
				Investiga buscando en los libros				
				Prioriza el orden y presentación del trabajo				
				Deja que otras personas desarrollen el trabajo				
				Termina su trabajo en su centro de estudios				
				Cuando le resulta difícil el trabajo lo deja de lado				
			Preparación para exámenes	Realiza sus trabajo de menor a mayor grado de complejidad	23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,33	Siempre	5	CUESTIONARIO
				Estudia dos horas diariamente		Casi Siempre	4	
				Espera se fije la fecha del examen		A veces	3	
				Estudia a última hora		Casi nunca	2	
				Prepara un plagio en caso se olvide un tema		Nunca	1	
				Confía en su buena suerte				
			Actitud en Clases	Estudia de mayor a menor grado de complejidad	34,35,36,37,38,39,40,41,42,43,44,45			
				Se presenta sin haber concluido de estudiar				
				Toma apuntes				
				Pregunta al profesor la definición de la palabra desconocida				
				Se distrae con facilidad				
				Cuando se aburre dedica su tiempo a realizar otras actividades				
			Momentos de estudio	Necesita música para estudiar	46,47,48,49,50,51,52			
				Necesita la compañía de la TV				
				Requiere tranquilidad y silencio				
				Necesita comer mientras estudia				
				Acepta interrupciones de parte de los demás				

3.1.2. Variable (Y): Autoestima

a. Definición conceptual:

Branden (1993) indica que la autoestima es la suma de la confianza y el respeto por sí mismo. Refleja el juicio implícito que cada uno hace acerca de su habilidad para enfrentar los desafíos de su vida (para comprender y superar sus problemas) y acerca de su derecho a ser feliz (respetar y defender sus intereses y necesidades).

b. Dimensiones:

- ✓ Físico
- ✓ Social
- ✓ Afectiva
- ✓ Académica
- ✓ Ética

Tabla nº 02: Operacionalización de la variable (Y) : Autoestima

VARIABLE Y	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INDICE	INSTRUMENTO
AUTOESTIMA	Branden (1993) indica que la autoestima es la suma de la confianza y el respeto por sí mismo. Refleja el juicio implícito que cada uno hace acerca de su habilidad para enfrentar los desafíos de su vida (para comprender y superar sus problemas) y acerca de su derecho a ser feliz (respetar y defender sus intereses y necesidades).	La autoestima se categoriza en: físico, social, afectiva, académica, ética.	FISICO	Aceptación de sí mismo	1,2,3,4,5,6,7,8	Siempre 5 Casi Siempre 4 A veces 3 Casi nunca 2 Nunca 1	CUESTIONARIO
				Sentirse sugestivo			
				Identidad definida			
			SOCIAL	Auto concepto	9,10,11,12,13,14,15,16		
				Autonomía			
				Consideración para el otro			
			AFECTIVA	Autopercepción	17,18,19,20,21,22		
				Expresión afectiva			
				Auto eficiencia			
			ACADÉMICA	Autovaloración	23,24,25,26,27,28		
				Aprecio de logros			
				Autoconocimiento			
			ÉTICA	Auto respeto	29,30,31,32,33,34		
				Autocritica			
				Autoevaluación			

3.1.3. Variable (Z): Rendimiento académico

a. Definición conceptual:

Pizarro (1985), considera que el rendimiento académico es una medida de las capacidades respondientes o indicativos que manifiestan, en forma positiva lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de formación. El mismo autor ahora desde una perspectiva propia del alumno, define al rendimiento como una capacidad que responde a estímulos educativos, susceptible de ser interpretado según objetivos o propósitos educativos preestablecidos.

b. Dimensiones:

- ✓ Áreas básicas
- ✓ Áreas de especialidad
- ✓ Áreas de investigación científica
- ✓ Proyección a la comunidad
- ✓ Proyectos

Tabla nº 03: Operacionalización de la variable (Z): Rendimiento académico

VARIABLE Y	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INDICE	INSTRUMENTO
RENDIMIENTO ACADÉMICO	Pizarro (1985), considera que el rendimiento académico es una medida de las capacidades respondientes o indicativos que manifiestan, en forma positiva lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de formación.	El rendimiento académico se categoriza en. Formación general Área de práctica pre profesional Área de investigación científica Formación profesional	Formación general	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia en comunicación lingüística. • Competencia matemática 	1,2,3,4,5,6,7,8,	M B 5 B 4 R 3 M 2 MM 1	TEST
			Formación profesional	<ul style="list-style-type: none"> • Pedagogía • Estrategias didácticas • Evaluación • Programación curricular • Sesión de clase 	9,10,11,12,13,14,15		
			Área de investigación científica	<ul style="list-style-type: none"> • Observación científica • Recopilación de datos 	16,17		
			Área de práctica pre profesional	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce interés alumnos • Identifica problemas de aprendizaje • Incorpora temas transversales 	18,19,20		

3.2. Tipificación de la investigación

El tipo de investigación asumida viene a ser el correlacional en la medida que el objetivo de la investigación viene a ser determinar la relación que existe entre las variables hábitos de estudio, autoestima y rendimiento académico de los estudiantes, en ese sentido se ha estructurado toda una estrategia conducente a demostrar justamente la relación entre las variables.

1) Por el tipo de pregunta	: Teórica descriptiva
2) Por método de constatación de hipótesis	: Causa - efecto
3) Por el tipo de medición de las variables	: Cuantitativo
4) Por el número de variable	: Bivariable
5) Por el ambiente en que se realiza	: Campo
6) Por la fuente de datos	: Primaria
7) Por el número de aplicación de la variable	: Transaccional
8) Diseño	: Correlacional

3.3. Estrategia para la prueba de hipótesis:

El diseño correlacional establece un procedimiento definido para demostrar la existencia o no de relación entre las tres variables de estudio.

Se aplicó el paquete computacional SPSS Statistics 21 para probar la correlación existente entre los hábitos de estudio, autoestima y rendimiento académico.

La hipótesis de trabajo fue procesado a través de métodos estadísticos. El de coeficiente de correlación de Spearman aplicada a los datos muestrales, procediéndose en la forma siguiente:

- Para la V. X. los resultados de la Encuesta-Cuestionario con opinión de los participantes sobre hábitos de estudio

- Para la V. Y. los resultados de la Encuesta-Cuestionario de los participantes sobre la autoestima.
- Para la V. Z. los resultados del test con opinión de los participantes sobre rendimiento académico.

El estadístico a usar para esta prueba está dado por:

Y la relación fue cuantificada mediante el Coeficiente de correlación de Spearman, el cual está dado por:

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

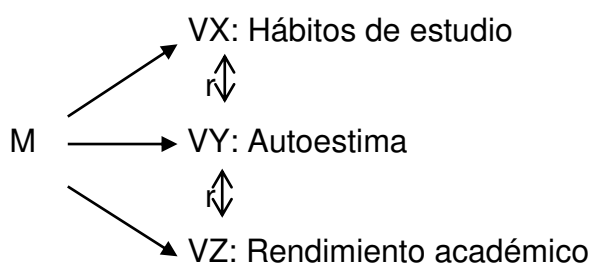
Dónde:

r_s = coeficiente de correlación

n = número de pares ordenados

La presente investigación, es por su finalidad explicativa ya que busca resolver un problema; por su profundidad es una investigación explicativa, ya que medirá la relación de las variables.

DISEÑO: El diseño es el correlacional, pues se busca la relación que existe entre tres variables.



X = Hábitos de estudio
Y = Autoestima
Z = Rendimiento académico.
r = La correlación

3.4. Población y muestra:

3.4.1. Población:

Están conformada los estudiantes del x semestre de la Escuela Académico Profesional de Educación – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

N= 350 estudiantes

3.4.2. Muestra:

Está conformada por el 30% de la población de estudio.

n= 105 estudiantes

3.5. Instrumento de recolección de datos:

➤ Técnicas

- Encuesta
- Análisis documental

➤ Instrumentos

- Cuestionario (variable X)
- Cuestionario (variable Y)
- Test de opinión (variable Z)

3.6. Ficha técnica:

3.6.1. Cuestionario de la variable X: Hábitos de estudio

- **Autora:** Yesenia Cano Carhuapoma
- **Forma de Administración:** Individual y Colectiva.
- **Ámbito de Aplicación:** El cuestionario puede aplicarse a estudiantes del nivel superior.
- **Duración:** 45 minutos (aprox.)
- **Ítems del cuestionario:** El cuestionario cuenta con 52 ítems, distribuidos en 05 dimensiones que a continuación detallamos.

Descripción de la prueba: El presente cuestionario está constituido por 52 ítems que son de tipo abierto, es decir, escala Likert que brindan información acerca de la opinión sobre los hábitos de estudio, a través de la apreciación de cinco dimensiones.

Calificación: Las respuestas se califican: de acuerdo a siguiente escala de valoración y el índice correspondiente.

VALORACIÓN	ÍNDICE
Nunca	1
Casi Nunca	2
A veces	3
Casi siempre	4
Siempre	5

3.6.2. Cuestionario de la variable Y: Autoestima.

- **Autora:** Yesenia Cano Carhuapoma
- **Forma de Administración:** Individual y Colectiva.
- **Ámbito de Aplicación:** El cuestionario puede aplicarse a estudiantes del nivel superior.
- **Duración:** 40 minutos (aprox.)

- **Ítems del cuestionario:** el cuestionario cuenta con 25 ítems, distribuidos en 05 dimensiones que a continuación detallamos.

Descripción de la prueba: El presente cuestionario está constituido por 34 ítems que son de tipo abierto, es decir, escala Likert que brindan información acerca de la opinión sobre la autoestima, a través de la apreciación de cinco dimensiones.

Calificación: Las respuestas se califican: de acuerdo a siguiente escala de valoración y el índice correspondiente.

VALORACIÓN	ÍNDICE
Nunca	1
Casi Nunca	2
A veces	3
Casi siempre	4
Siempre	5

3.6.3. Test de opinión de la variable Z: Rendimiento académico

- **Autora:** Yesenia Cano Carhuapoma.
- **Forma de Administración:** Individual y Colectiva.
- **Ámbito de Aplicación:** El test puede aplicarse a estudiantes del nivel superior.
- **Duración:** 40 minutos (aprox.)
- **Ítems:** el test cuenta con 20 ítems, distribuidos en 04 dimensiones que a continuación detallamos.

Descripción de la prueba: El presente test está constituido por 20 ítems que son de tipo abierto, escala Likert que brindan información acerca del variable rendimiento académico, consistente en cuatro dimensiones.

Calificación: Las respuestas se califican: de acuerdo a siguiente escala de valoración y el índice correspondiente.

VALORACIÓN	ÍNDICE
Muy malo	1
Malo	2
Regular	3
Bueno	4
Muy bueno	5

3.7. Validación de los instrumentos de recolección de datos

Los instrumentos fueron validados por el juicio de 3 jueces expertos se presenta a continuación.

Tabla nº 04: Validación del instrumento de la variable X: Hábitos de estudio

Nº	NOMBRE DE LOS EXPERTOS	VALORACIÓN %
1	Dr. Carlos Barriga Hernández	91.25 %
2	Dr. Edgar F. Damían Núñez	89.75 %
3	Mg. Gregorio A. Hidalgo Rosas	91.5 %
TOTAL		90.83%

Tabla nº 05: Validación del instrumento de la variable Y: Autoestima

Nº	NOMBRE DE LOS EXPERTOS	VALORACIÓN %
1	Dr. Carlos Barriga Hernández	92.50 %
2	Dr. Edgar F. Damían Núñez	88.75 %
3	Mg. Gregorio A. Hidalgo Rosas	91.00 %
TOTAL		90.75 %

Tabla nº 06: Validación del instrumento de la variable Z: Rendimiento académico

Nº	NOMBRE DE LOS EXPERTOS	VALORACIÓN %
1	Dr. Carlos Barriga Hernández	90.75 %
2	Dr. Edgar F. Damían Núñez	90.5 %
3	Mg. Gregorio A. Hidalgo Rosas	89.5 %
TOTAL		90.25%

De acuerdo a la opinión de los expertos se aprecia que para variable X: Hábitos de estudio la valoración de los expertos fue de 90.83%, la variable Y: Autoestima 90.75 % y para la variable Z, Rendimiento académico, la valoración resultó al 90.25%. Se afirma que los instrumentos validados resultaron de alta aplicabilidad en la muestra.

3.8. Confiabilidad del instrumento de medición.

- **Para la variable (X): Hábitos de estudio**

Para medir el nivel de confiabilidad del instrumento de medición de la variable X: *Hábitos de estudio*, se ha recurrido a la prueba de Alfa de Cronbach cuyo resultado es:

Tabla nº 07: Resumen del procesamiento de los casos variable X: Hábitos de estudio.

		N	%
Casos	Válidos	75	100.0
	Excluidos	0	0.0
	Total	75	100.0

Tabla nº 08: Estadísticos de fiabilidad variable hábitos de estudio

Alfa de Cronbach	Nº de elementos
0.824	6

De acuerdo a los resultados del análisis de fiabilidad que representa a 0.824 y según la tabla categórica, se determina que el instrumento de medición es de consistencia interna para la variable hábitos de estudio es de tendencia alta.

- **Para la variable (Y): Autoestima**

Para medir el nivel de confiabilidad del instrumento de medición de la variable Y: *Autoestima*, se ha recurrido a la prueba de Alfa de Cronbach cuyo resultado es:

Tabla nº 09: Resumen del procesamiento de los casos variable Y: Autoestima

		N	%
Casos	Válidos	75	100.0
	Excluidos	0	.0
	Total	75	100.0

Tabla nº 10: Estadísticos de fiabilidad variable autoestima

Alfa de Cronbach	Nº de elementos
0.824	6

De acuerdo a los resultados del análisis de fiabilidad que representa a 0.824 y según la tabla categórica, se determina que el instrumento de medición es de consistencia interna para la variable autoestima es de tendencia alta.

- **Para la variable (Z): Rendimiento académico**

Para medir el nivel de confiabilidad del instrumento de medición de la variable Z: *Rendimiento académico*, se ha recurrido a la prueba de Alfa de Cronbach cuyo resultado es:

Tabla nº 11: Resumen del procesamiento de los casos variable Z:
Rendimiento académico

		N	%
Casos	Válidos	75	100.0
	Excluidos	0	0.0
	Total	75	100.0

Tabla nº 12: Estadísticos de fiabilidad variable Z

Alfa de Cronbach	Nº de elementos
0.803	5

De acuerdo a los resultados del análisis de fiabilidad que representa a 0.803 y según la tabla categórica, se determina que el instrumento de medición es de consistencia interna de la variable rendimiento académico, presenta tendencia alta.

CAPÍTULO IV

TRABAJO DE CAMPO Y PROCESO DE CONTRASTE DE LA HIPÓTESIS

Para la presentación de los datos aplicados en la muestra, se consideró el paquete computacional estadístico SPSS versión 21, donde se presenta las variables en estudio con sus respectivas dimensiones.

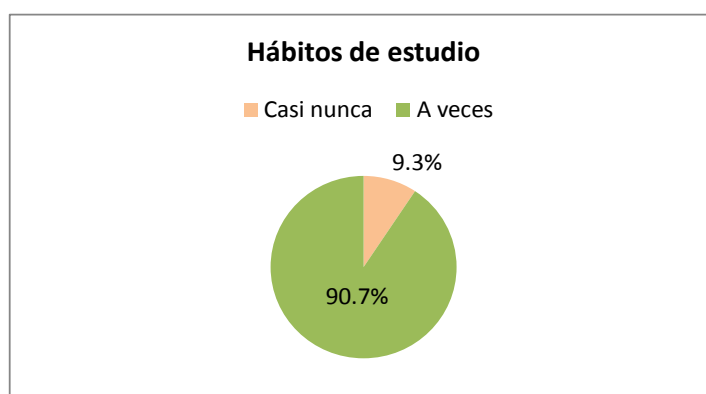
Se presenta las tablas de frecuencias determinadas de acuerdo a las respuestas manejadas por la muestra, para el caso de la variable Hábitos de estudio, se valoran: nunca, casi nunca, a veces, casi siempre, siempre, en el caso de la variable autoestima: nunca, poco, a veces, mucho, siempre y en último lugar, la variable rendimiento académico: Malo, regular, bueno.

4.1. Presentación, análisis e interpretación de los datos de las dimensiones de la variable X: Hábitos de estudio

Tabla nº 13: Frecuencias de la dimensión hábitos de estudio

HABITOS DE ESTUDIO		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Casi nunca	7	9.3	9.3	9.3
	A veces	68	90.7	90.7	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 02: Porcentaje de la variable hábitos de estudio

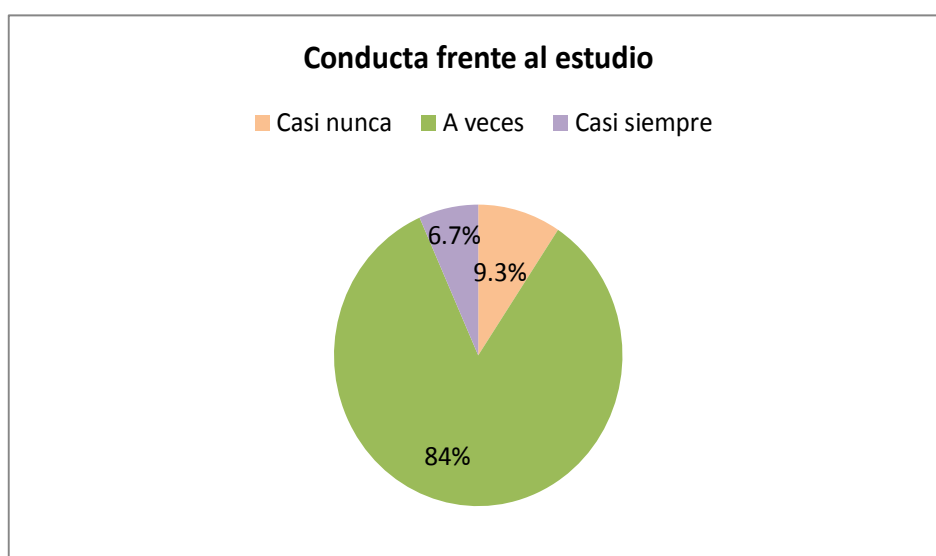


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la variable hábitos de estudio. El 90.7 % de los encuestados opinan a veces, y el 9.3%, casi nunca. Denotándose que la variable hábitos de estudio, no es adecuado, de manera repercutiendo en el rendimiento académico en la población en estudio.

Tabla nº 14: Frecuencias de la dimensión conducta frente al estudio

Conducta frente al estudio		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Casi nunca	7	9.3	9.3	9.3
	A veces	63	84.0	84.0	93.3
	Casi siempre	5	6.7	6.7	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 03: Porcentaje de la variable conducta frente al estudio

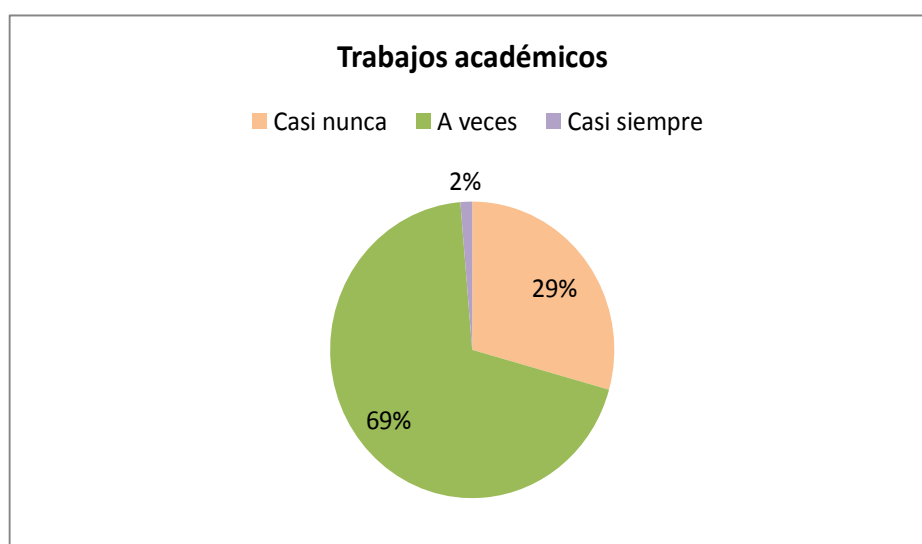


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión conducta frente al estudio. Donde 84 % de los encuestados opinan como a veces, el 9.3% casi nunca y el 6.7 %, casi siempre. Destacando que la variable conducta frente al estudio, no es adecuado, repercutiendo en el rendimiento académico de la población estudiada.

Tabla nº 15: Frecuencias de la dimensión trabajos académicos

Trabajos académicos		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Casi nunca	22	29.3	29.3	29.3
	A veces	52	69.3	69.3	98.7
	Casi siempre	1	1.3	1.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 04: Porcentaje de la variable trabajos académicos



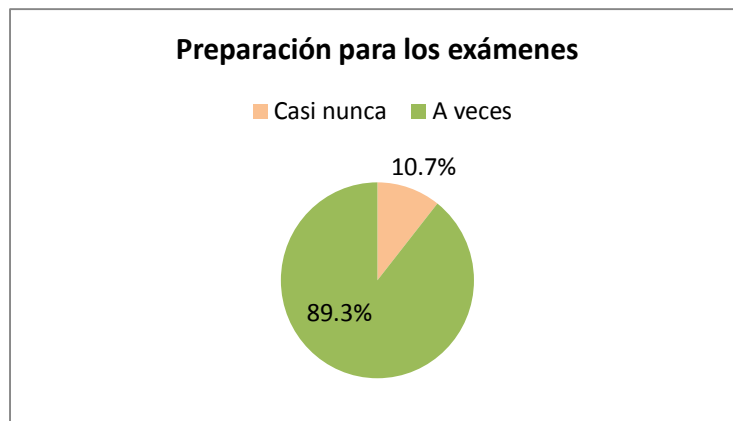
Fuente: CANO, Yesenia (2015)

Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión trabajos académicos. Donde 69.3 % de los encuestados opinan como a veces, el 29.3% casi nunca y el 1.3 %, casi siempre. Destacando que la variable trabajos académicos, no es adecuado, repercutiendo en el rendimiento académico de la población en estudio.

Tabla nº 16: Frecuencias de la dimensión preparación para los exámenes

Preparación para los exámenes		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Casi nunca	8	10.7	10.7	10.7
	A veces	67	89.3	89.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 05: Porcentaje de la variable preparación para los exámenes

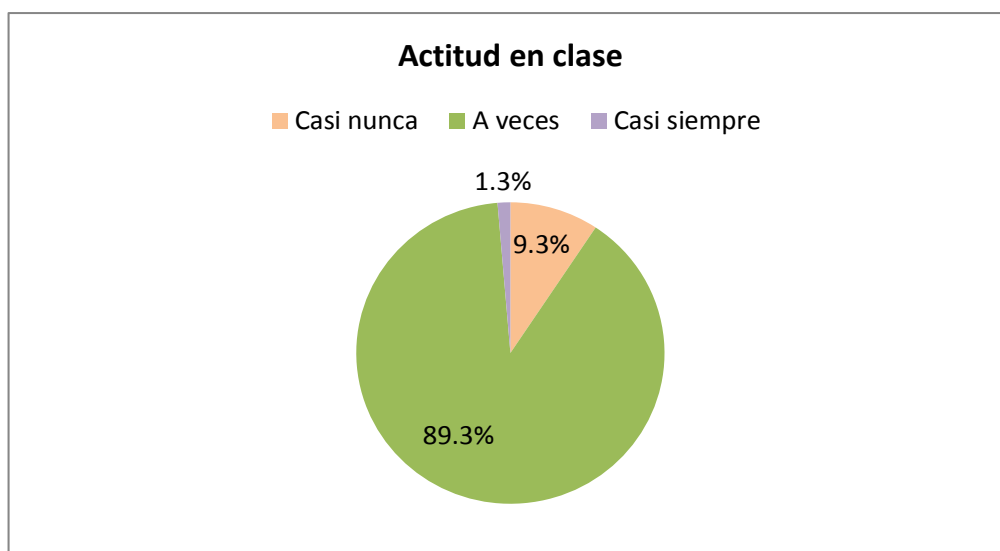


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión preparación para los exámenes. 89.3 % de los encuestados opinan a veces y el 10.7%, casi nunca. Destacando que la variable preparación para los exámenes, no es adecuado, afectando en el rendimiento académico de la población en estudio.

Tabla nº 17: Frecuencias de la dimensión actitud en clase

Actitud en clase		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Casi nunca	7	9.3	9.3	9.3
	A veces	67	89.3	89.3	98.7
	Casi siempre	1	1.3	1.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 06: Porcentaje de la variable actitud en clase

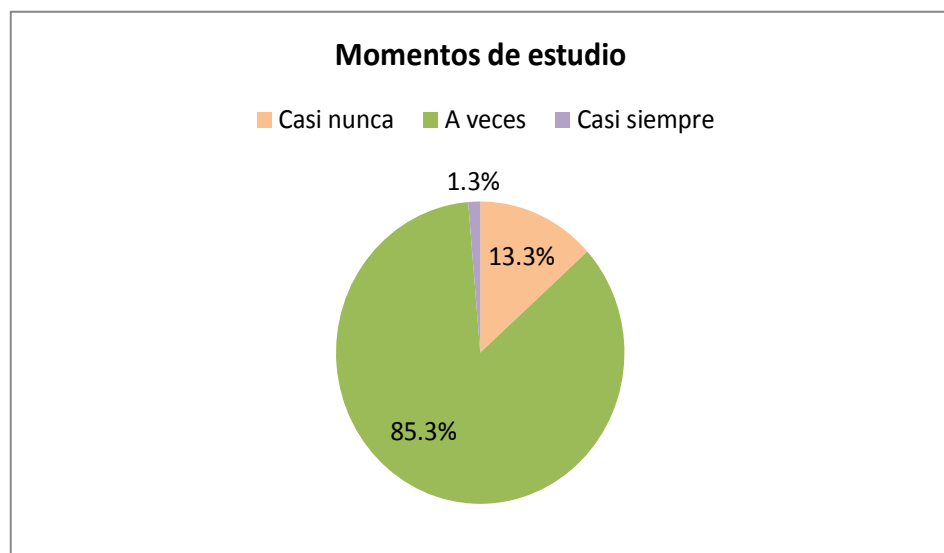


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión actitud en clase. El 89.3 % de los encuestados opinan como a veces, el 9.3% casi nunca y el 1.3 %, casi siempre. Destacando que la variable actitud en clase, no es adecuado repercutiendo en el rendimiento académico de la población en estudio.

Tabla nº 18: Frecuencias de la dimensión momentos de estudio

Momentos de estudio		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Casi nunca	10	13.3	13.3	13.3
	A veces	64	85.3	85.3	98.7
	Casi siempre	1	1.3	1.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 07: Porcentaje de la variable momentos de estudio



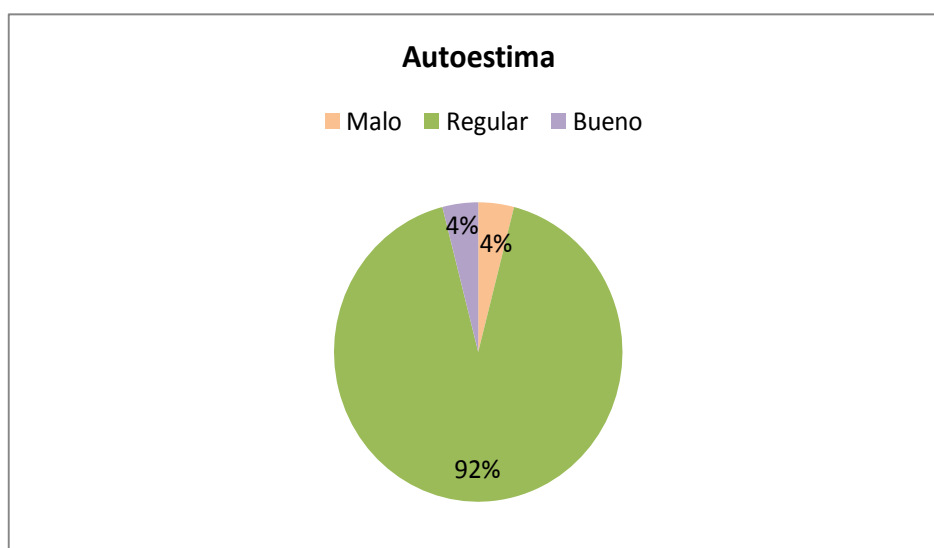
Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión momentos de estudio. El 85.3 % de los encuestados opinan como a veces, el 13.3 % casi nunca y el 1.3 %, casi siempre. Destacando que la variable momentos de estudio, no es adecuado, repercutiendo en el rendimiento académico de la población estudiada.

4.2. Presentación, análisis e interpretación de los datos de las dimensiones de la variable Y: Autoestima

Tabla nº 19: Frecuencias de la dimensión autoestima

AUTOESTIMA		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Malo	3	4.0	4.0	4.0
	Regular	69	92.0	92.0	96.0
	Bueno	3	4.0	4.0	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 08: Porcentaje de la variable autoestima

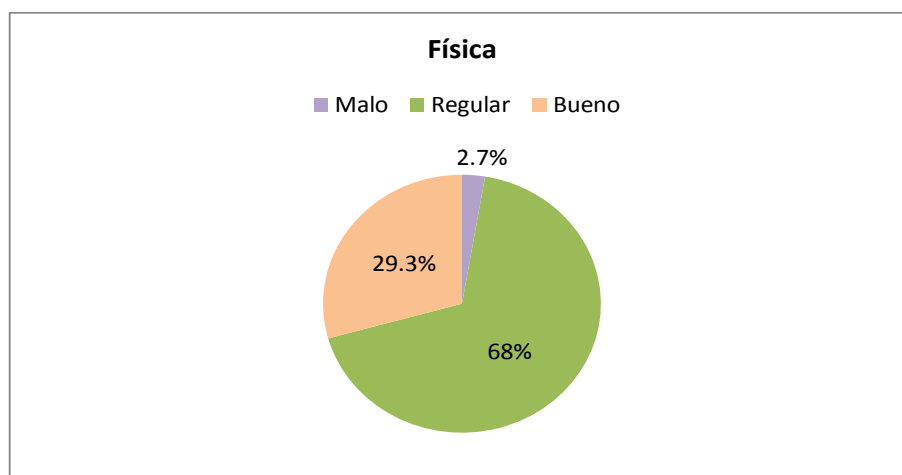


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión autoestima. El 92% de los encuestados opinan como regular, el 4 % como malo y el 4%, bueno. Destacando que la variable autoestima no es adecuado, repercutiendo en el rendimiento académico de la población estudiada.

Tabla nº 20: Frecuencias de la variable física

	Física	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Malo	2	2.7	2.7	2.7
	Regular	51	68.0	68.0	70.7
	Bueno	22	29.3	29.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 09: Porcentaje de la variable física

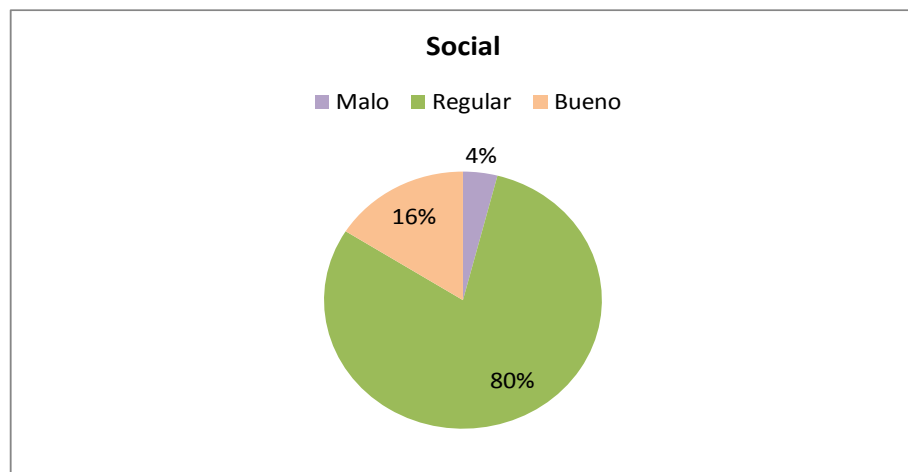


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión física. El 68 % de los encuestados opinan como regular, el 29.3 % como bueno y el 2.7 %, malo. Destacando que la variable autoestima no es adecuado, repercutiendo en el rendimiento académico de la población estudiada.

Tabla nº 21: Frecuencias de la variable social

	Social	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Malo	3	4.0	4.0	4.0
	Regular	60	80.0	80.0	84.0
	Bueno	12	16.0	16.0	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 10: Porcentaje de la variable social

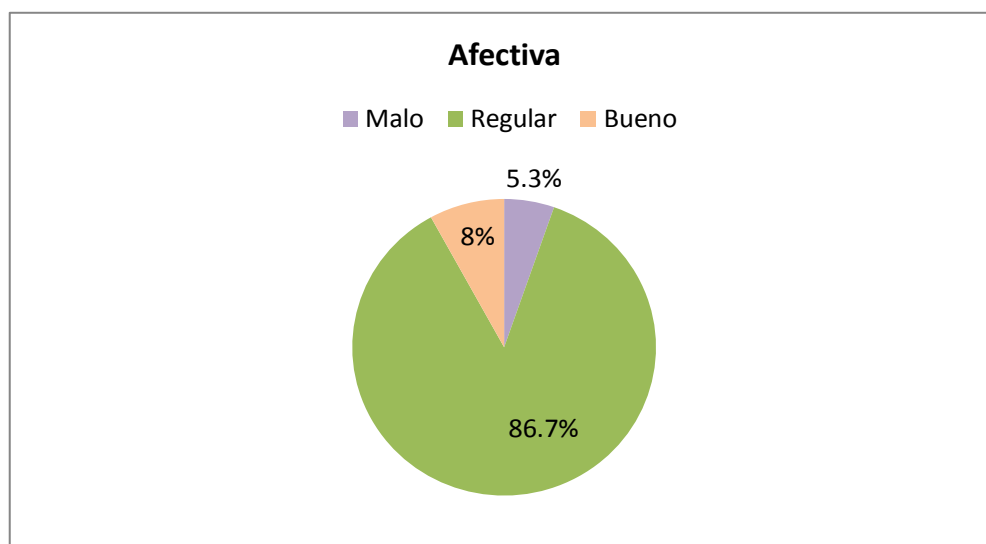


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión social. Donde 80% de los encuestados opinan como regular, el 16% como bueno y el 4%, malo. Destacando que la variable social, no es adecuado, de manera repercutiendo en el rendimiento académico de la población estudiada.

Tabla nº 22: Frecuencias de la variable afectiva

Afectiva		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Malo	4	5.3	5.3	5.3
	Regular	65	86.7	86.7	92.0
	Bueno	6	8.0	8.0	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 11: Porcentaje de la variable afectiva

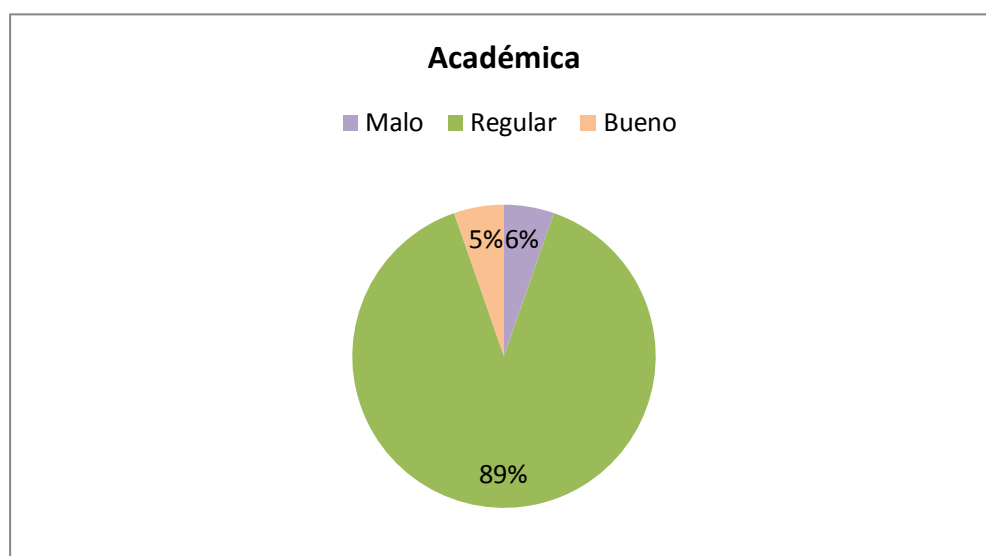


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión afectiva. El 86.7% de los encuestados opinan como regular, el 8 % como bueno y el 5.3 % malo. Destacando que la variable afectiva no es adecuado, de manera repercutiendo en el rendimiento académico.

Tabla nº 23: Frecuencias de la variable académica

Académica		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Malo	4	5.3	5.3	5.3
	Regular	67	89.3	89.3	94.7
	Bueno	4	5.3	5.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 12: Porcentaje de la variable académica

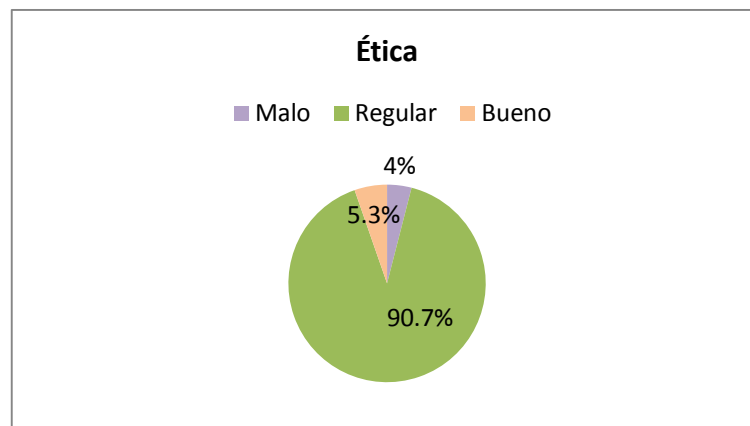


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión académica. El 89.3% de los encuestados opinan como regular, 5.3 % como bueno y 5.3 %, malo. Destacando que la variable académica tampoco es adecuado, repercutiendo en el rendimiento académico.

Tabla nº 24: Frecuencias de la variable ética

	Ética	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Malo	3	4.0	4.0	4.0
	Regular	68	90.7	90.7	94.7
	Bueno	4	5.3	5.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 13: Porcentaje de la variable ética



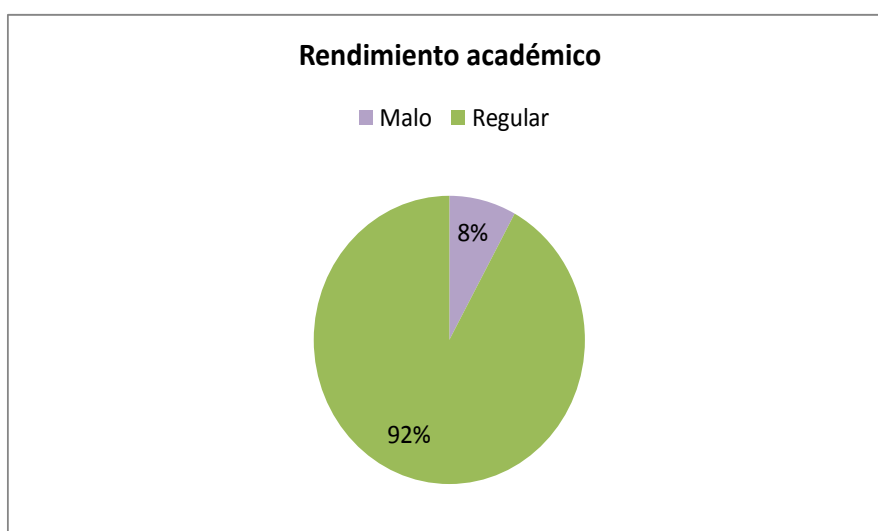
Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión ética. El 90.7% de los encuestados opinan como regular, 5.3 % como bueno y 4 %, malo. Destacando que la variable ética, no es adecuada, de esta manera repercute en el rendimiento académico.

4.3. Presentación, análisis e interpretación de los datos de las dimensiones de la variable Z: Rendimiento académico.

Tabla nº 25: Frecuencias de la variable rendimiento académico

RENDIMIENTO ACADÉMICO		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Malo	6	8.0	8.0	8.0
	Regular	69	92.0	92.0	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 14: Porcentaje de la variable rendimiento académico

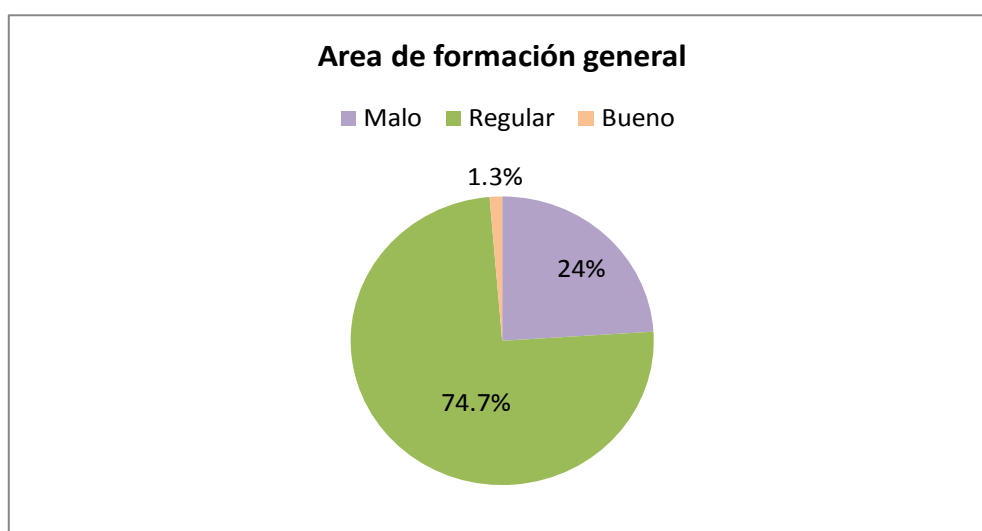


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión rendimiento académico. Donde 92 % de los encuestados opinan como regular y el 8%, malo. Destacando que la variable rendimiento académico, no es adecuado, por tanto repercute en la calidad de formación profesional.

Tabla nº 26: Frecuencias de la dimensión área de formación general

Área de formación general		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Malo	18	24.0	24.0	24.0
	Regular	56	74.7	74.7	98.7
	Bueno	1	1.3	1.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 15: Porcentaje de la variable área de formación general

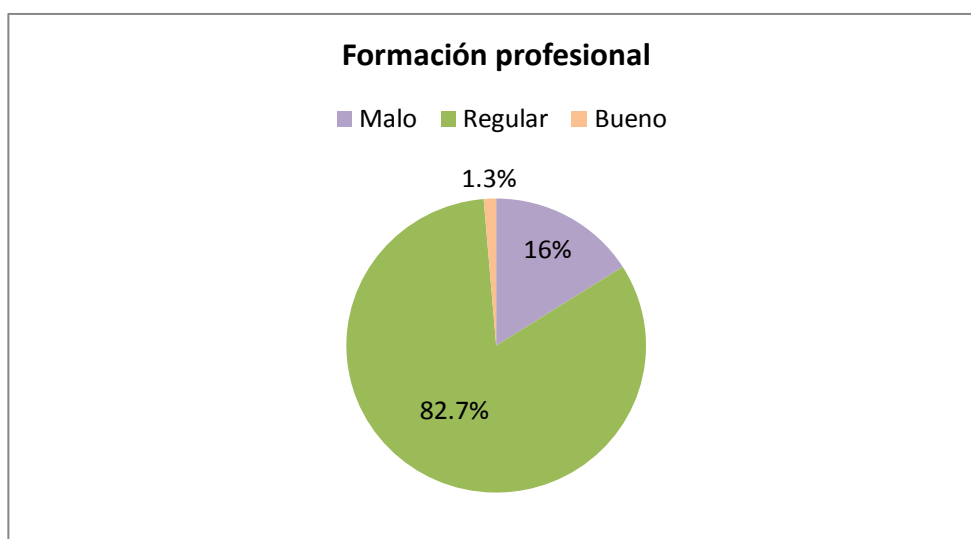


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión área de formación general. El 74.7 % de los encuestados opinan como regular, el 24% malo y el 1.3% bueno. Destacando que la variable área de formación general, no es esperado, repercutiendo en la calidad de formación profesional.

Tabla nº 27: Frecuencias de la dimensión formación profesional

	Formación profesional	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Malo	12	16.0	16.0	16.0
	Regular	62	82.7	82.7	98.7
	Bueno	1	1.3	1.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 16: Porcentaje de la formación profesional

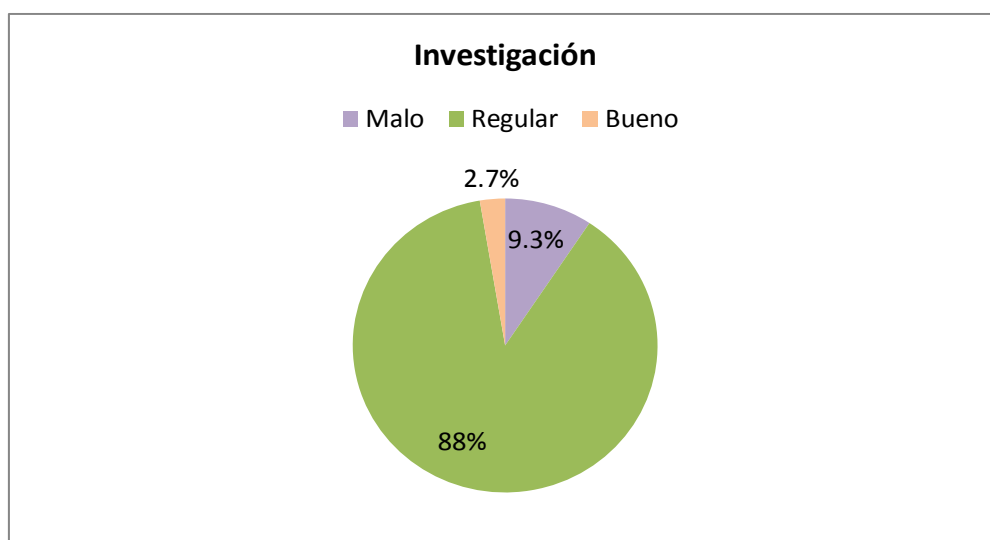


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión formación profesional. El 82.7% de los encuestados opinan como regular, 16% como malo y el 1.3%, bueno. Destacando que la variable formación profesional, no es esperado, repercutiendo en la calidad de formación profesional.

Tabla nº 28: Frecuencias de la dimensión investigación

Investigación		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Malo	7	9.3	9.3	9.3
	Regular	66	88.0	88.0	97.3
	Bueno	2	2.7	2.7	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 17: Porcentaje de la variable investigación

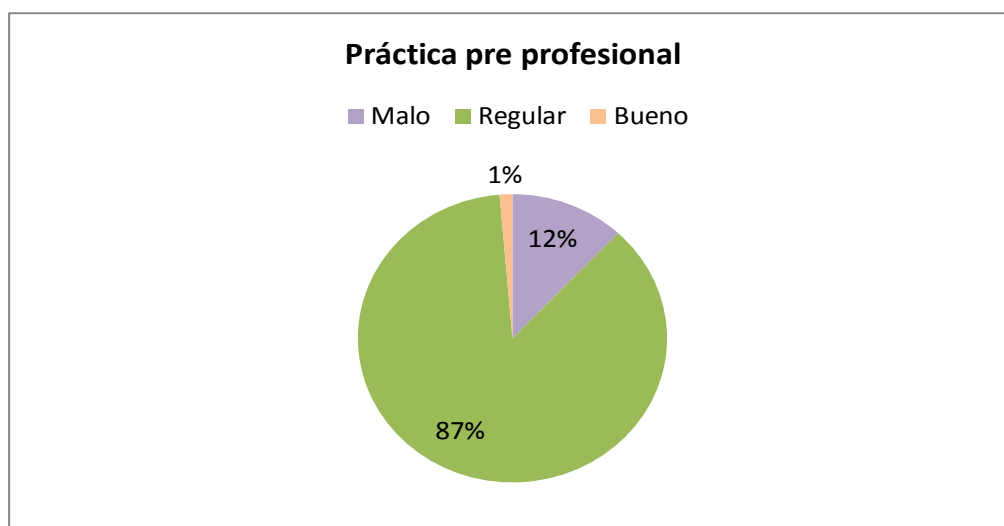


Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión investigación. El 88% de los encuestados opinan como regular, el 9.3% malo y el 2.7 %, bueno. Destacando que la variable investigación, no es esperado, repercutiendo en la calidad de formación profesional.

Tabla nº 29: Frecuencias de la dimensión práctica pre profesional

	Práctica pre profesional	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Malo	9	12.0	12.0	12.0
	Regular	65	86.7	86.7	98.7
	Bueno	1	1.3	1.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Gráfico nº 18: Porcentaje de la variable práctica pre profesional



Se muestra los resultados de la encuesta sobre la dimensión práctica pre profesional. El 86.7% de los encuestados opinan como regular, el 12% malo y el 1.3 %, bueno. Destacando que la variable práctica pre profesional, no es esperado, repercutiendo en la calidad de formación profesional.

4.4. Proceso de prueba de hipótesis

4.4.1. Prueba de la hipótesis general

I. PLANTEO DE HIPÓTESIS GENERAL

HG1. Existe relación significativa entre los hábitos de estudio, autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del x semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

HGO. No Existe relación significativa entre los hábitos de estudio, autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del x semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

II. MODELO ESTADÍSTICO DE LA PRUEBA SPEARMAN

Se utilizó la prueba Spearman porque los datos son no paramétricos de tipo ordinal para lo cual la siguiente formula:

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

Donde:

r_s = coeficiente de correlación

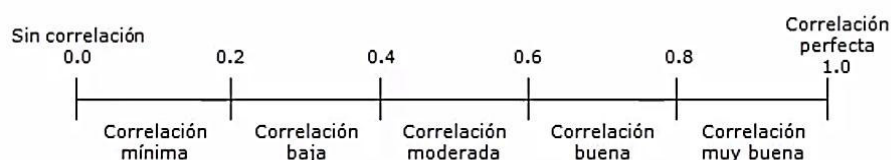
n = número de pares ordenados

X = Hábitos de estudio

Y = Autoestima

Z = Rendimiento académico

Se utilizó la siguiente tabla de comparación para establecer el nivel de correlación:



III. REGLA DE DECISIÓN

Si el valor $p \geq 0.05$, se acepta hipótesis nula. Si valor $p < 0.05$, se acepta H_A

IV. ESTADÍSTICA DE PRUEBA DE HIPÓTESIS

La estadística utilizó la prueba de correlación de Spearman, que muestra las relaciones significativas entre las variables X e Y: Hábitos de estudio – autoestima, con la variable Z, rendimiento académico

Tabla nº 30: Relación entre las respuestas de las variables: Hábitos de estudio, autoestima y rendimiento académico

CORRELACIONES		HÁBITOS DE ESTUDIO - AUTOESTIMA	RENDIMIENTO ACADÉMICO
Rho de Spearman	HÁBITOS DE ESTUDIO - AUTOESTIMA	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	0.245**
		N	0.034
	RENDIMIENTO ACADÉMICO	Coefficiente de correlación	0.245*
		Sig. (bilateral)	1.000
		N	0.034
		N	75

Se aplicó la fórmula de Rho de Spearman, con un margen de error al 5%, hallándose el coeficiente de correlación baja de $Rho = 0,245$ y la significancia de $p = 0,034$. Por tal motivo se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: Se determina que a baja relación de los hábitos de estudio y autoestima se produce baja frecuencia de rendimiento académico en la población en estudio.

4.4.2. Prueba hipótesis específicas

4.3.2.1. Contrastación de la primera hipótesis específica

Ha. Existe relación significativa entre los hábitos de estudio con el rendimiento académico de los estudiantes del x semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

Ho. No existe relación significativa entre los hábitos de estudio con el rendimiento académico de los estudiantes del x semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

Tabla nº 31: Relación entre las respuestas de los hábitos de estudio y rendimiento académico.

CORRELACIONES		HABITOS DE ESTUDIO
Rho de Spearman	RENDIMIENTO ACADÉMICO	Coefficiente de correlación 0.412**
		Sig. (bilateral) 0.000
		N 75
	HABITOS DE ESTUDIO	Coefficiente de correlación 1.000
		Sig. (bilateral) 0.0
		N 75

Se aplicó la fórmula de Rho de Spearman, con un margen de error al 5%, hallándose el coeficiente de correlación moderada de $Rho = 0,412$ y la significancia de $p = 0,000$, por tal motivo se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: Se determina que a moderada aplicación de hábitos de estudio se presenta regular rendimiento académico.

4.3.2.2. Contrastación de la segunda hipótesis específica

Ha. Existe relación significativa entre el autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del x semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

Ho. No existe relación significativa entre el autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del x semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

Tabla nº 32: Relación entre las respuestas de la variable autoestima y rendimiento académico.

CORRELACIONES		AUTOESTIMA	
Rho de Spearman	RENDIMIENTO ACADÉMICO	Coeficiente de correlación	0.521**
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	75
	AUTOESTIMA	Coeficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	0.0
		N	75

Se aplicó la fórmula de Rho de Spearman, con un margen de error al 5%, hallándose el coeficiente de correlación moderada de $Rho = 0,521$ y la significancia de $p = 0,000$, por tal motivo se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: Determinándose que a moderada trabajo de la dimensión autoestima se da regular rendimiento académico en la población estudiada.

4.4. Discusión de los resultados

Con la presente investigación científica, se cumplió el siguiente objetivo general propuesto el de conocer la relación entre los Hábitos de estudio, autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del x semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.

Al aplicar el paquete computacional SPSS versión 21, empleándose la fórmula de Rho de Spearman, con un margen de error al 5%, en cuanto a la variable hábitos de estudio, autoestima con relación al rendimiento académico de los estudiantes se halló un coeficiente de correlación de $Rho = 0,245$ y el p_ valor es de 0,034, existe una relación significativa baja entre las variables de estudio.

De acuerdo a los resultados hallados de determina que a baja relación de los hábitos de estudio y autoestima se produce bajo de rendimiento académico en los estudiantes del 5to año de la EAPE, Facultad de Educación – UNMSM periodo 2015. Es notorio las variables estudiadas tienen que ver mucho en el aprendizaje de los estudiantes, si no están claros en lo que deben ejercer, para formarse profesionalmente, deben estar precisos en sus producciones, de lo contrario será bajo sus rendimientos académicos y por tanto la calidad de formación profesional.

Al hallarse bajos niveles en los hhábitos de estudio que ejercen como: la conducta frente al estudio, trabajos académicos, preparación para los exámenes, actitud en clases, los momentos de estudio, los estudiantes no es alentador, puesto repercute enormemente en sus rendimientos académicos. Se halló un coeficiente de correlación significativa moderado de $Rho = 0,412$.

Por otro lado se halló un coeficiente de correlación moderada de $Rho = 0,521$, en relación a la variable autoestima como: física, social, afectiva, ética, de acuerdo a los avances de la ciencia es oportuno elevar la

mencionada variable, puesto que el autoestima constituye como un motor, para que los estudiantes pueden superar obstáculos y mejorar sus rendimientos académicos, y su formación profesional sería de calidad.

Belaunde Trilles (1994) sostiene que el concepto de hábitos de estudio se refiere al modo cómo el individuo se enfrenta cotidianamente a su quehacer académico. Es decir a la costumbre natural de procurar aprender permanentemente, lo cual implica la forma en que el individuo se organiza en cuanto a tiempo, espacio, técnicas y métodos concretos que utiliza para estudiar.

Al respecto el autor Belaunde, afirma la necesidad que el estudiante debe adoptar para aprender, una forma particular, por tanto es necesario los estudiantes adquieran hábitos adecuados de acuerdo a su idiosincrasia, los cuales le sirven para mejorar sus rendimientos y estar improvisando sus aprendizajes.

Barón (1997) entiende la autoestima como la autoevaluación que cada persona hace de sí misma. Esta evaluación genera una actitud en el individuo que varía a lo largo de una dimensión positiva- negativa.

Por otro lado el autoestima es un motor muy importante en la vida de las personas, sobre todo tratándose de los estudiantes del nivel superior, lo que se trata es que tienen que salir con amplios conocimientos profesionales tanto teóricos y prácticos, porque cada vez el mundo es mucho más competitivo.

La presente investigación se puede replicar en otras instituciones del nivel superior puesto que los resultados, servirán para mejorar la calidad de formación profesional de los futuros educadores.

CONCLUSIONES

- 1.** Según los resultados hallados entre las variables: hábitos de estudio como autoestima, con respecto al rendimiento académico, se relacionan solo en forma regular, repercutiendo en la calidad de formación profesional de los estudiantes de la población estudiada.
- 2.** Los hábitos de estudio, que emplean los estudiantes se da en forma regular, porque solo a veces emplean como: la conducta frente al estudio, trabajos académicos, preparación para los exámenes, actitud en clases, los momentos de estudio, de manera repercutiendo en sus rendimientos académicos.
- 3.** En cuanto a la variable autoestima se da también en forma regular, la valoración personal como: física, social, afectiva, ética no es lo adecuado en tanto los estudiantes descuidan, de manera repercuten en sus rendimientos académicos en la población estudiada.
- 4.** La variable rendimiento académico, en relación a: formación general, especialidad, investigación y la práctica pre profesional, según los resultados hallados muestran una tendencia de regular.

RECOMENDACIONES

1. Las autoridades de la facultad, los docentes, deben motivar a los estudiantes en forma permanente, en cuanto al uso de hábitos de estudio como autoestima, de manera mejorar el rendimiento académico, y ende la calidad de formación profesional de los estudiantes de la población estudiada.
2. Los docentes de la Facultad de Educación, deben motivar durante el dictado de clases, en los estudiantes, ejerciten los hábitos de estudio, como: la conducta frente al estudio, trabajos académicos, preparación para los exámenes, actitud en clases, los momentos de estudio, de ayudarían a mejorar sus rendimientos académicos y por tanto su formación profesional.
3. Las autoridades educativas, los docentes, elevar el autoestima de los estudiantes como: física, social, afectiva, ética, practicando el buen trato, creando una convivencia positiva, puesto existen en cada uno de los estudiantes una serie de problemas, por tanto es necesario apoyarlos y así elevar sus rendimientos académicos, sobre todo la calidad de formación profesional.
4. Los docentes empleen estrategias metodológicas adecuadas, sobre todo diferenciando la particularidad de aprendizaje que presentan los estudiantes, puesto que no todos presentan los mismos rasgos de aprendizaje.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

A. FUENTES ESCRITAS

- Aduna, A. y Márquez. E. (1987) Curso de hábitos de estudio y autocontrol, México. Editorial Trillas S.A.
- Álvarez, M; Fernández, R; Rodríguez y Bisquera, R. (1988). Métodos de estudio. Barcelona. Editorial Martínez, S.A.
- Anuies (2007). Retención y Deserción en un grupo de Instituciones Mexicanas de Educación Superior. México.
- Arancibia, Violeta (1991) Test de autoconcepto, Chile, ediciones Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Barón, R. (1997) Fundamentos de la psicología. México: Pearson educación.
- Baumeister (1993). Self – Esteem: The Puzzle of low self-regard. New York: Plenum.
- Belaunde, I. (1994). Hábitos de estudio. Universidad del Sagrado Corazón, Perú.
- Bloom, B.S. (1971).Taxonomía de los objetivos de la educación. El Ateneo, México.
- Branden, N. (1995). Seis pilares de la autoestima, Barcelona, ediciones Paidós, 1era.edición.
- Branden, Nathaniel (1993). Cómo mejora su autoestima. México: Paidós.
- Branden, N. (1994). Los 6 Pilares de la Autoestima. Traducción por Jorge Vigil Rubio. España: Ediciones Paidós Ibérica.
- Carabaña, J. (1979). Origen social, inteligencia y rendimiento académico escolar. MEC, Madrid.
- Cardozo, A. y otros (2000). Intervenciones cognitivo - afectivo en estudiantes con bajo rendimiento en matemáticas, Venezuela, Universidad Simón Bolívar.
- Collarte, C. (1990). Desarrollo de autoestima en profesores de enseñanza media. Tesis para optar al grado de Licenciatura en Psicología. Santiago: Copesa.

- Covey, S. (1989) Los siete hábitos de la gente altamente efectiva. Argentina Editorial Paidós. Argentina Editorial Paidós.
- Cronbach, L. (1968). Psicología Educativa. Paidós, México, D.F.
- Chayña, M. (2004). Estilos de aprendizaje y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la FACE. – UANCV.
- De Mézerville, G. (1993) “El aprendizaje de la autoestima como proceso educativo y terapéutico”. Revista de Educación Universidad de Costa Rica 17.
- De Natale, Flores y otros (1990). Rendimiento Escolar. Diccionario de Ciencias de la educación. Madrid: Paulinas.
- Douglas, M. (1982). Desarrolla tu autoestima, Madrid, Iberonet S.A.
- Eptein, L. (1987). Parent involvement: What research says to administrators, Education and Urban Society.
- García, C., Gutiérrez, M. y Condemarín, E. (2005). A estudiar se aprende. (9ª Ed.). México, D.F: Editorial Alfa Omega.
- Hernández, F. (1988). Métodos y técnicas de estudio. Universidad de Colombia, Bogotá.
- Hertzog, L. (1980). Conceptos de autoestima. Madrid: Grecia.
- Horma (1997). Fortalece tu autoestima, Estudio Gráfico Renalsa S. A.
- James, W. (1980). The principles psychology. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Jiménez, M. (2000). Competencia social: intervención preventiva en la escuela, en Infancia y Sociedad, núm. 24.
- Luque, M. (2006). Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del área de matemática de los alumnos de la I.E.S de Cabana.
- Llarosa, Faustino (1994). El rendimiento educativo, Instituto de cultura Juna Gil – Albert, España.
- Maddox, Harry (1979) Cómo estudiar, Ediciones TAU, Barcelona.
- Manassero, Antonia (1995). Dimensionalidad de las causas percibidas en situaciones de éxito y fracaso educativo, España, En: revista de psicología social, vol. 10.

- Marchago, Julio (1992). El autoconcepto como factor condicionante de la eficacia del feedback sobre el rendimiento. En: Revista de psicología social, Universidad de las Palmas.
- Martínez, V., Pérez, O. y Torres, I. (1999). Análisis de los hábitos de estudio. España: Editorial Don Vasco.
- Maslow, A. (1954) Motivation and Personality
- Mira, C. y López, M. (1978) "Hábitos de Estudio en la Escuela. México: Trillas.
- Miranda, C. (1998) Influencia de la inteligencia múltiple, el currículo hogar y el autoestima en el rendimiento académico, Chile. Revista digital de Educación y nueva tecnología, N° 10.
- Montgomery, W. (1997). Asertividad autoestima y solución de conflictos interpersonales, Lima, Círculo de Estudios Avanzados, UNMSM 1era. Edición.
- Mora, J. (1998). Acción tutorial y orientación educativa. (5ª. ed.). Edición Narcea S.A, México.
- Mruk, C. (1999) Autoestima. Teoría y práctica, 2da. Edición Deselee de Brouwer S.A.
- Muñoz, C. y Rodríguez, P. (1976). Factores determinantes de los niveles de rendimiento escolar asociados con diferentes características socioeconómicas de los educandos. CEE - ECIEL, México.
- Negrete, A. (2007). Estrategias para el aprendizaje. México: Fuentes Limusa.
- Olcese, A. (2002). Como estudiar con éxito. México, D.F.: Alfaomega.
- Pacheco, B. y Caballero, A. (1972). El diagnóstico del rendimiento escolar a través de las pruebas pedagógicas. Madrid: INAPP.
- Plata, J. (1969). La comprobación objetiva del rendimiento escolar. Magisterio Español, Madrid.
- Plumer, K. (1983). Documents of life. London: Allen and Unwin.

- Poves, M. (2001). Hábitos de estudio y el rendimiento académico. España: Editorial Tarancón.
- Quelopana, J. (1999). Guía metodológica y científica del estudiante. Perú: Editorial San Marcos.
- Quevedo, E. (1993). Rasgos de continuidad del rendimiento académico, Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Requena, F. (1998) Género, Redes de Amistad y Rendimiento Académico. Universidad de Santiago de Compostela. Departamento de Sociología 15706 Santiago de Compostela. España.
- Rondón, C. (1991). Integridad y hábitos de estudio. Instituto Pedagógico de Barquisimeto, España.
- Ruiz, C. (2005). Comprensión Lectora, punto de partida de las nuevas estrategias de aprendizaje. En A. Noguerol (Ed), Memorias de la 1ª Reunión Nacional de Análisis. CSS, 33-57. Caracas: Universidad de Simón Bolívar.
- Torres, E. (1996). Autoestima, Lima, C.E.P.B.F. Skinner.
- Tourón, J. (1984). Factores del rendimiento académico en la universidad, España, ediciones Universidad de Navarra, S.A.
- Vásquez, J. (1986). Descripción de las Técnicas y Hábitos de Estudio Utilizados por Estudiantes del Instituto "Juan Pablo Rojas Paúl" de El Tigre, Estado Anzoátegui. UDO, Escuela de Humanidades y Educación.
- Vicuña, L. (1998). Inventario de hábitos de estudio. Lima: Editorial CEDEIS.
- Vigo, A. (2008). Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes del I año del Instituto Superior Tecnológico Huando-Huaraz, Tesis de Maestría no publicada, Universidad Cesar Vallejo de Lima, Perú.

B. FUENTES DIGITALES:

- Alvarez, A.; Sandoval, G. y Velásquez, Sandra (2007) Autoestima en los (as) alumnos (as) de los 1º medios de los Liceos con alto índice de vulnerabilidad escolar (I.V.E.) de la ciudad de Valdivia. Revisado el 28 de Noviembre del 2014. En: <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2007/ffa473a/doc/ffa473a.pdf>
- Carant, V. (2006). Estrategias de enseñanza y aprendizaje de las matemáticas en alumnos de 7mo. Grado de Educación Básica. Revisado el 18 de Mayo de 2015. En: http://tesis.luz.edu.ve/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=501
- Correa, M. (1998). Programa de Hábitos de Estudio para Estudiantes de la Segunda Etapa de Educación Básica. Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Instituto Pedagógico Siso Martínez. Revisado El 15 de Noviembre del 2015. En: <http://www.monografias.com/trabajos26/habitos-estudio/habitos-estudio2.shtml#ixzz3mEFCgcQ2>
- Chimbo, K. y Rodas, C. (2013). Estudio de la relación del Facebook y rendimiento académico de los adolescentes. Revisado el 25 de Enero del 2015. En: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/3390/1/Tesis.pdf>
- Garbanzo, G. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. Revisado el 28 de Marzo del 2015. En: <http://www.revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/articloe/viewFile/1252/1315>

- Guzmán, Martha (2012). Modelos predictivos y explicativos del rendimiento académico universitario: caso de una institución privada en México. Revisado el 28 de Abril del 2015. En: <http://eprints.ucm.es/15335/1/T33748.pdf>
- Hernández, A. y A. Cardona (2008). Estilos y Estrategias de Aprendizaje en el rendimiento académico de los alumnos del área de Inglés de la Licenciatura en Lenguas Modernas de la Universidad de La Salle. Revisado el 18 de Abril del 2015. En: <http://repository.lasalle.edu.co/bitstream/handle/10185/1669/T85.08%20H431e.pdf?sequence=1>
- Jiménez, J. y Gonzales, J. (2004). Métodos para desarrollar hábitos y técnicas de estudio. Revisado el 19 de Febrero del 2015. En: https://books.google.com.pe/books?id=godr-uTvsDQC&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Lima, Edgar (2007). Importancia de la autoestima positiva en el desarrollo de la personalidad en niños y adolescentes. Revisado el 15 de Abril del 2015. En: http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13_2474.pdf
- Portillo, V. (2006). Técnicas de estudio. Revisado el 24 de marzo del 2015. En: <http://www.monografias.com/traajos13/tecnes/tecnes.shtml>.
- Vildoso, Virgilio (2003). Influencia de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Agronomía de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann – UNMSM. Revisado el 18 de Enero del 2015. En: http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/tesis/human/vildoso_gv/t_completo.pdf

Acuña, J. (2013) Autoestima y rendimiento académico de los estudiantes del X ciclo 2012 - II de la Escuela Académica Profesional de Educación Primaria y problemas de aprendizaje de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión –Huacho. Revisado el 26 de Marzo del 2015. En: <http://190.116.38.24:8090/xmlui/bitstream/handle/123456789/238/TESIS%20MAESTRIA%20AUTOESTIMA%20Y%20RENDIMIENTO%20ACADEMICO.pdf?sequence=1>

ANEXOS

ANEXO Nº 01: MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: “HÁBITOS DE ESTUDIO, AUTOESTIMA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL X SEMESTRE DE LA EAPE – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM 2015”

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	MÉTODO
¿De qué manera los Hábitos de estudio, autoestima se relacionan con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre – Facultad de Ing. de sistemas – UNMSM – 2015?	Conocer la relación entre los Hábitos de estudio, autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre – Facultad de Ing. de sistemas – UNMSM – 2015.	Existe relación significativa entre los hábitos de estudio, autoestima con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre – Facultad de Ing. de sistemas – UNMSM – 2015.	<p>VARIABLE X Hábitos de estudio</p> <p>VARIABLE Y: Autoestima</p> <p>VARIABLE Z: Rendimiento académico</p>	<p>TIPO DE INVESTIGACIÓN. Cuantitativo.</p> <p>DISEÑO: Descriptivo correlacional.</p>
MARCO TEÓRICO	INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	POBLACIÓN Y MUESTRA	JUSTIFICACIÓN	ALCANCES Y LIMITACIONES
<p>1. Antecedentes de la investigación: Existen trabajos tanto nacionales como extranjeros</p> <p>2. Bases teóricas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hábitos de estudio - Autoestima - Rendimiento académico 	<p>Variable X: Cuestionario</p> <p>Variable Y: Cuestionario</p> <p>Variable Z: Test de opinión</p>	<p>POBLACIÓN: Conformada por los estudiantes del X semestre de la Escuela Académico Profesional de Educación – Facultad de Educación – UNMSM 2015. N= 350 estudiantes</p> <p>MUESTRA. n = 75 estudiantes</p>	<p>Trata de establecer las relaciones entre las variables: hábitos de estudio, autoestima referente al rendimiento académico en estudiantes de educación universitaria, sobre todo del pre grado. Toda vez que se nota problemas entre las variables en estudio, amerita estudiarse porque se encontraría las causas que ocasionan una baja calidad de formación profesional.</p>	<p>La presente investigación pretende ser validada en los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, 2015.</p> <p>Los resultados de la presente investigación serán generalizados en la población en estudio.</p>

ANEXO Nº 02

CUESTIONARIO DE LA VARIABLE (X): HÁBITOS DE ESTUDIO

CENTRO DE ESTUDIOS:

FACULTAD: ESPECIALIDAD:

AÑO DE ESTUDIOS: FECHA:

Instrucciones

Este es un inventario de hábitos de Estudio, que le permitirá a usted conocer las formas dominantes de trabajo en su vida académica y de esa manera aislar aquellas conductas que pueden estar perjudicándole su mayor éxito en el estudio. Para ello. Solo tiene que poner una "X" en el cuadro que mejor describa su caso particular; **Procure contestar no según lo que deberá hacer o hacen sus compañeros sino de la forma como usted estudia ahora.**

DIMENSION: CONDUCTA FRENTE AL ESTUDIO		Siempre	Nunca
1	Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes		
2	Subrayo las palabras cuyos significados no se		
3	Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlo		
4	Busco de inmediato en el diccionario el Significado de las palabras que no se		
5	Me hago preguntas y me respondo en mi propio Lenguaje lo que he comprendido		
6	Luego, escribo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.		
7	Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria		
8	Trato de memorizar todo lo que estudio		
9	Repaso lo que he estudiado después de 4 a 8 horas		
10	Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar		
11	Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas ya estudiados		
12	Estudio solo para mis exámenes		
DIMENSION: TRABAJOS ACADÉMICOS			
13	Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro		
14	Leo la pregunta, busco en el libro, leo todo y		

	luego contesto según como he comprendido		
15	Las palabras que no entiendo, las escribo como están en el libro, sin averiguar su significado		
16	Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que a la comprensión del tema		
17	En mi casa, me falta tiempo para terminar con mis tareas, las completo en el colegio preguntando a mis amigos		
18	Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea		
19	Dejo para último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado		
20	Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra		
21	Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no la hago		
22	Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles		
DIMENSION: PREPARACIÓN PARA EXÁMENES			
23	Estudia por lo menos dos horas todos los días		
24	Espero que se fije la fecha de un examen o paso para ponerme a estudiar		
25	Cuando hay paso oral, recién en el salón de clase me pongo a revisar mis apuntes		
26	Me pongo a estudiar el mismo día del examen		
27	Repaso momentos antes del examen		
28	Preparo un plagio por si acaso me olvido un tema		
29	Confío que mi compañero me "sople" alguna respuesta en el momento del examen		
30	Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntara		
31	Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil		
32	Me presento a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema		
33	Durante el examen se me confunde los temas, se me olvida lo que he estudiado		
DIMENSION: ACTITUD EN CLASES			
34	Trato de tomar apuntes de lo que dice el profesor		
35	Solo tomo apuntes de las cosas más importantes		
36	Inmediatamente después de una clase ordeno mis apuntes		
37	Cuando el profesor utiliza alguna palabra que no se, levanto la mano y pido su significado		
38	Estoy más atento a las bromas de mis compañeros que a la clase		
39	Me canso rápidamente y me pongo a hacer otras cosas		

40	Cuando me aburro me pongo a jugar o a conversar con mi amigo		
41	Cuando no puedo tomar nota de lo que dice el profesor me aburro y lo dejo todo		
42	Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar, soñando despierto		
43	Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases		
44	Durante las clases me distraigo pensando lo que voy a hacer a la salida		
45	Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase		
DIMENSION: MOMENTOS DE ESTUDIO			
46	Requiero de música sea del radio o del tocadiscos		
47	Requiero la compañía de la TV.		
48	Requiero de tranquilidad y silencio		
49	Requiero de algún alimento que como mientras estudio		
50	Su familia, que conversan, ven TV o escuchan música		
51	Interrupciones por parte de sus padres pidiéndole algún favor		
52	Interrupciones de visitas, amigos, que le quitan tiempo		

ANEXO Nº 03

CUESTIONARIO DE LA VARIABLE (Y): AUTOESTIMA

Institución: _____ Especialidad _____

Escuela Profesional: _____ Semestre: _____ Fecha: _____

Estimado estudiante: A continuación le presentamos un conjunto de preguntas sobre la Autoestima. Tenga la amabilidad de responder con sinceridad ya que es de carácter anónima y se guardaran con absoluta reserva. Agradecemos de anticipado su colaboración y aporte con la presente investigación

Por favor, siga Ud. las siguientes instrucciones:

- a) Lea cuidadosamente y de forma clara los enunciados de las preguntas
- b) No deje preguntas sin contestar
- c) Marque con una aspa en sólo uno de los cuadros de cada pregunta

1. Nunca	2. Casi nunca	3. A veces	4. Casi siempre	5. Siempre
-------------	------------------	---------------	--------------------	---------------

DIMENSION: Física		1	2	3	4	5
1	Me siento a gusto con mi apariencia física					
2	Me preocupo por cuidar mi aspecto físico					
3	Soy atractivo(a) para los demás					
4	Los comentarios que recibo acerca de mi imagen personal son halagadores					
5	Cuando asisto a una reunión busco verme muy bien					
6	Me preocupa lo que los demás piensen de mi apariencia personal					
7	Soy una persona con rasgos sexuales definidos					
8	Consigo captar la atención y atraer al sexo opuesto					
DIMENSION: Social						
9	Se me hace fácil hacer amigos					
10	Soy considerado(a) agradable por los demás					
11	Soy fácilmente aceptado en un grupo					
12	Considero importante mi participación y presencia dentro de un grupo					
13	Puedo hablar en público con fluidez					
14	Acepto de buen agrado las críticas constructivas					
15	Trato a los demás como me gusta que me traten					
16	Siento que los demás dependen de mí					
DIMENSION: Afectiva						
17	Soy una persona cariñosa					
18	Las parejas que he tenido resaltan mi expresividad afectiva					

19	Brindo mi confianza y afecto sin temor					
20	Demuestro con palabras y acciones mis sentimientos					
21	No necesito de nadie a mi lado para sentirme bien.					
22	Cuando quiero o aprecio a alguien me doy por entero.					
DIMENSION: Académica						
23	Los docentes resaltan mis fortalezas académicas					
24	Me considero un(a) buen(a) estudiante					
25	Los logros académicos obtenidos son producto de mi dedicación y perseverancia					
26	Mi satisfacción académica se logra con las metas alcanzadas					
27	Soy una persona que permanentemente se actualiza en temas de su carrera					
28	Domino amplios conocimientos relacionados a mi campo profesional					
DIMENSION: Ética						
29	Practico en mi vida diaria la frase "Respeto guarda respeto"					
30	Respeto mi cuerpo y mi persona					
31	Me gusta conocer la opinión de los demás sobre mi persona para mejorar mis errores					
32	Reflexiono sobre mis errores y aciertos para mejorar como persona					
33	Actuó de acuerdo a mis valores y principios morales para sentirme bien conmigo mismo					
34	Valoro las buenas actitudes de las demás personas y actuó recíprocamente					

ANEXO N° 04

TEST DE OPINIÓN DE LA VARIABLE (Z): RENDIMIENTO ACADÉMICO

Centro de Estudios: _____

Escuela profesional: _____ Ciclo: _____ Fecha: _____

Estimado alumno: La presente prueba se aplica con fines de realizar un trabajo de investigación que servirá para medir su nivel académico con respecto a su carrera. Marque con un aspa la alternativa que estime conveniente.

AREA: FORMACION GENERAL

1. El verbo se define el núcleo del predicado en virtud del criterio.
a) Fonológico b) morfológico c) lógico d) semántico
e) sintáctico
2. ¿Dónde encontrare la verdad? Lo subrayado funciona como:
a) Sujeto b) aposición c) O.D. d) O.I. e) agente
3. Del total de estudiantes de un colegio, el 20% son niñas. Si el 50% de las niñas y el 40% de los niños trabajan para ayudar a sus padres, ¿qué porcentaje de estudiantes de ese colegio no trabaja?
a) 58% b) 62% c) 42% d) 70% e) 56%
4. La cuarta parte de un capital se depositó al 8 % anual y el resto al 6 % anual. Si luego de dos años los intereses ganados ascienden a S/.312. Hallar el capital.
a) 3 000 b) 2 400 c) 3 600 d) 2 000 e) 1 800
5. Presenta núcleos que controlan funciones viscerales como la función cardio respiratoria, la deglución, etc.
a) La protuberancia b) el bulbo raquídeo c) el cerebelo
d) el hipotálamo e) el cerebro
6. Inducir una respuesta inmune a través de la vacunación es una forma de inmunidad de tipos:
a) inespecífica b) natural c) adquirida activa d) adquirida pasiva
e) espontanea
7. "Habitantes de un país que tienen el mismo gobierno, idioma y tradiciones." Esta es la definición de:
a) Los ciudadanos b) el estado c) republica d)

nación
e) extranjeros

8. Los ciudadanos tienen derechos a participar en los asuntos públicos mediante:
a) Plebiscito b) sedición c) insurgencia d) rebelión e) referéndum

AREA: FORMACION PROFESIONAL

9. En pedagogía, se entiende por recurso o medio educativo todo aquello que.....
a) ayude al método didáctico.
b) ayuda al profesor a lograr los objetivos de aprendizaje
c) Concite la atención del alumno
d) Sea concreto y manipulable
e) N.A.
- 10.El docente al momento de elegir los procedimientos, técnicas y estrategias más apropiadas para crear situaciones favorables de aprendizaje debe tener en cuenta sobre todo:
a) Los estilos de aprendizaje
b) Las misión institucional
c) La meta cognición
d) El plan de estudios
e) N.A.
- 11.La acción de supervisión implica:
a) verificación del cumplimiento de normas
b) recojo de información relevante para la toma de decisiones
c) asesoramiento o asistencia técnica
d) verificación de la asistencia del personal
e) hacer notar que cumple su trabajo los directivos
- 12.Es una finalidad de la evaluación de los aprendizajes
a) informativa
b) emitir juicios de valor
c) social
d) pedagógica
e) científica
- 13.La evaluación de los alumnos que se brinda a los padres de familia es:
a) numeral
b) criterial
c) descriptiva
d) cualitativa
e) informativa

14. ¿Qué documento de programación curricular, supone planificar de manera dosificada los elementos que nos permitan avanzar progresivamente en el desarrollo de las capacidades mediante secuencias de actividades en el aula?
- a) Proyecto de Aprendizaje
 - b) Unidades Didácticas
 - c) Proyecto Curricular de la I.E.
 - d) Programación Curricular Anual
 - e) Sesión de Aprendizaje
15. Al diseñar una sesión de aprendizaje, el docente toma en cuenta:
- a) Las condiciones socioeconómicas de la localidad
 - b) los intereses de los padres de familia
 - c) El desarrollo evolutivo de los estudiantes
 - d) El Reglamento Interno de la Institución Educativa
 - e) Las características de la infraestructura

AREA: AREA DE INVESTIGACION

16. La observación científica no se hace:
- a) a través de nuestros sentidos
 - b) con instrumentos especializados
 - c) por medio de la adivinación de eventos
 - d) por medio de mediciones cuidadosas
 - e) N.A.
17. La recopilación de datos ocurre cuando:
- a) se hacen las observaciones y los experimentos
 - b) se formula el problema
 - c) se formula la hipótesis
 - d) se hace la interpretación de los datos
 - e) se comunica los resultados

AREA: PRÁCTICA PRE-PROFESIONAL

18. La dinámica que más directamente favorece la identificación de las cualidades de los estudiantes es de:
- a) expresión mediante el arte
 - b) reconocimiento personal y grupal
 - c) animación grupal
 - d) planificación y organización grupal
 - e) N.A.
19. Un docente puede determinar que un estudiante tiene un problema de aprendizaje cuando:
- a) muestra irresponsabilidad en la realización de todas las tareas
 - b) asiste irregularmente a clases escolares
 - c) manifiesta dificultad para diseñar estrategias por derivación cultural

- d) manifiesta desfase entre los logros esperados y la habilidad intelectual
- e) pelea con sus compañeros

20. Cuando el docente emplea elementos de la comunidad en el desarrollo de sus sesiones de aprendizaje, decimos que está realizando un uso de los mismos.

- a) necesario
- b) concreto
- c) pedagógico
- d) sistemático
- e) cultural

ANEXO Nº 05:

FICHA DE VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS POR LOS EXPERTOS

VARIABLE (X)

FICHA DE VALIDACIÓN INSTRUMENTO VARIABLE X: HÁBITOS DE ESTUDIO

AUTORA: Yesenia CANO CARHUAPOMA

APELLIDOS Y NOMBRES JURADO EXPERTO: BARRISA Hernández Cones

Doctor, magister(a): Doctor

TÍTULO: TESIS DE INVESTIGACIÓN:

"HÁBITOS DE ESTUDIO, AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL 5TO AÑO DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE EDUCACIÓN – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM 2015".

Aspectos	Criterios	Inadecuado 00 - 25%	Poco Adecuado 26-50%	Adecuado 51 - 75%	Muy Adecuado 76 - 100%
Intencionalidad	El cuestionario permite determinar evaluar el hábito de estudio, por lo que el instrumento presentado es.				97
Suficiente	La cantidad de ítems elaboradas es:				91
Consistencia	El cuestionario se basa en aspectos técnicos y pedagógicos, el instrumento presentado es:				90
Coherencia	El cuestionario, guarda relación con las dimensiones, indicadores, por tanto el instrumento es:				92

Lima, 16 de julio del 2015.

Comma

FIRMA DEL JURADO EXPERTO

07961387

DNI: -----

FICHA DE VALIDACIÓN INSTRUMENTO VARIABLE X: HÁBITOS DE ESTUDIO

AUTORA: Yesenia CANO CARHUAPOMA

APELLIDOS Y NOMBRES JURADO EXPERTO: EDGAR R. DAMIAN NÚÑEZ

Doctor, magister(a): DOCTOR

TÍTULO: TESIS DE INVESTIGACIÓN:

“HÁBITOS DE ESTUDIO, AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL 5TO AÑO DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE EDUCACIÓN – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM 2015”.

Aspectos	Criterios	Inadecuado 00 - 25%	Poco Adecuado 26-50%	Adecuado 51 - 75%	Muy Adecuado 76 - 100%
Intencionalidad	El cuestionario permite determinar evaluar el hábito de estudio, por lo que el instrumento presentado es.				92
Suficiente	La cantidad de ítems elaboradas es:				88
Consistencia	El cuestionario se basa en aspectos técnicos y pedagógicos, el instrumento presentado es:				89
Coherencia	El cuestionario, guarda relación con las dimensiones, indicadores, por tanto el instrumento es:				90

Lima...14...de julio del 2015.


FIRMA DEL JURADO EXPERTO
DNI: 08056163

FICHA DE VALIDACIÓN INSTRUMENTO VARIABLE X: HÁBITOS DE ESTUDIO

AUTORA: Yesenia CANO CARHUAPOMA

APELLIDOS Y NOMBRES JURADO EXPERTO: Héctor Rivas, Gregorio Américo

Doctor, magister(a): Magister

TÍTULO: TESIS DE INVESTIGACIÓN:

"HÁBITOS DE ESTUDIO, AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL 5TO AÑO DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE EDUCACIÓN – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM 2015".

Aspectos	Criterios	Inadecuado 00 - 25%	Poco Adecuado 26-50%	Adecuado 51 - 75%	Muy Adecuado 76 - 100%
Intencionalidad	El cuestionario permite determinar evaluar el hábito de estudio, por lo que el instrumento presentado es.				91
Suficiente	La cantidad de ítems elaboradas es:				92
Consistencia	El cuestionario se basa en aspectos técnicos y pedagógicos, el instrumento presentado es:				93
Coherencia	El cuestionario, guarda relación con las dimensiones, indicadores, por tanto el instrumento es:				90

Lima...15...de julio del 2015.


FIRMA DEL JURADO EXPERTO
DNI: 067497851

VARIABLE (Y)

FICHA DE VALIDACIÓN INSTRUMENTO VARIABLE Y: AUTOESTIMA

AUTORA: Yesenia CANO CARHUAPOMA

APELLIDOS Y NOMBRES JURADO EXPERTO: Barriga Hernández Carlos

Doctor, magister(a): Doctor

TÍTULO: TESIS DE INVESTIGACIÓN:

"HÁBITOS DE ESTUDIO, AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL 5TO AÑO DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE EDUCACIÓN – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM 2015".

Aspectos	Criterios	Inadecuado 00 - 25%	Poco Adecuado 26-50%	Adecuado 51 - 75%	Muy Adecuado 76 - 100%
Intencionalidad	El cuestionario permite determinar evaluar la variable autoestima, por lo que el instrumento presentado es.				95
Suficiente	La cantidad de ítems elaboradas es:				94
Consistencia	El cuestionario se basa en aspectos técnicos y pedagógicos, el instrumento presentado es:				91
Coherencia	El cuestionario, guarda relación con las dimensiones, indicadores, por tanto el instrumento es:				90

Lima....16...de julio del 2015.

Carlos

FIRMA DEL JURADO EXPERTO

DNI: 04961382

FICHA DE VALIDACIÓN INSTRUMENTO VARIABLE Y: AUTOESTIMA

AUTORA: Yesenia CANO CARHUAPOMA

APELLIDOS Y NOMBRES JURADO EXPERTO: EDGAR F. DAMIÁN NÚÑEZ


Doctor, magister(a): DOCTOR

TÍTULO: TESIS DE INVESTIGACIÓN:

"HÁBITOS DE ESTUDIO, AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL 5TO AÑO DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE EDUCACIÓN – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM 2015".

Aspectos	Criterios	Inadecuado 00 - 25%	Poco Adecuado 26-50%	Adecuado 51 - 75%	Muy Adecuado 76 - 100%
Intencionalidad	El cuestionario permite determinar evaluar la variable autoestima, por lo que el instrumento presentado es.				86
Suficiente	La cantidad de ítems elaboradas es:				90
Consistencia	El cuestionario se basa en aspectos técnicos y pedagógicos, el instrumento presentado es:				89
Coherencia	El cuestionario, guarda relación con las dimensiones, indicadores, por tanto el instrumento es:				90

Lima..14...de julio del 2015.


FIRMA DEL JURADO EXPERTO
DNI: 08056163

FICHA DE VALIDACIÓN INSTRUMENTO VARIABLE Y: AUTOESTIMA

AUTORA: Yesenia CANO CARHUAPOMA

APELLIDOS Y NOMBRES JURADO EXPERTO:

Hugo Rojas, Gregorio Amén

Doctor, magister(a):

Magister

TÍTULO: TESIS DE INVESTIGACIÓN:

"HÁBITOS DE ESTUDIO, AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL 5TO AÑO DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE EDUCACIÓN – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM 2015".

Aspectos	Criterios	Inadecuado 00 - 25%	Poco Adecuado 26-50%	Adecuado 51 - 75%	Muy Adecuado 76 - 100%
Intencionalidad	El cuestionario permite determinar evaluar la variable autoestima, por lo que el instrumento presentado es.				97
Suficiente	La cantidad de ítems elaboradas es:				91
Consistencia	El cuestionario se basa en aspectos técnicos y pedagógicos, el instrumento presentado es:				90
Coherencia	El cuestionario, guarda relación con las dimensiones, indicadores, por tanto el instrumento es:				91

Lima..15.....de julio del 2015.


FIRMA DEL JURADO EXPERTO
DNI: *06949584*

FICHA DE VALIDACIÓN INSTRUMENTO VARIABLE Z: RENDIMIENTO ACADÉMICO

AUTORA: Yesenia CANO CARHUAPOMA

APELLIDOS Y NOMBRES JURADO EXPERTO: Barrios Hernández Carlos

Doctor Magister(a): Doctor

TÍTULO: TESIS DE INVESTIGACIÓN

"HÁBITOS DE ESTUDIO, AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL 5TO AÑO DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE EDUCACIÓN – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM 2015"

Aspectos	Criterios	Inadecuado 00 - 25%	Poco Adecuado 25- 50%	Adecuado 51- 75%	Muy Adecuado 76- 100%
Intencionalidad	El Test permite determinar el nivel de rendimiento académico por lo que el instrumento presentado es.				90
Suficiente	La cantidad de preguntas para el Test es:				92
Consistencia	El Test se basa en conocer el nivel rendimiento académico de los alumnos, el instrumento presentado es:				91
Coherencia	El Test, guarda relación con las dimensiones, indicadores, por tanto el instrumento es:				90

Lima, 16 de julio del 2015.

Carlos

FIRMA DEL JURADO EXPERTO

09961382

DNI: -----

FICHA DE VALIDACIÓN INSTRUMENTO VARIABLE Z: RENDIMIENTO ACADÉMICO

AUTORA: Yesenia CANO CARHUAPOMA

APELLIDOS Y NOMBRES JURADO EXPERTO: EDGAR F. RAMÍREZ RIVERA

Doctor Magister(a): DOCTOR

TÍTULO: TESIS DE INVESTIGACIÓN

"HÁBITOS DE ESTUDIO, AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL 5TO AÑO DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE EDUCACIÓN – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM 2015"

Aspectos	Criterios	Inadecuado 00 – 25%	Poco Adecuado 25- 50%	Adecuado 51- 75%	Muy Adecuado 76- 100%
Intencionalidad	El Test permite determinar el nivel de rendimiento académico por lo que el instrumento presentado es.				90
Suficiente	La cantidad de preguntas para el Test es:				92
Consistencia	El Test se basa en conocer el nivel rendimiento académico de los alumnos, el instrumento presentado es:				91
Coherencia	El Test, guarda relación con las dimensiones, indicadores, por tanto el instrumento es:				89

Lima, 14 de julio del 2015.


FIRMA DEL JURADO EXPERTO
DNI: 08056163

FICHA DE VALIDACIÓN INSTRUMENTO VARIABLE Z: RENDIMIENTO ACADÉMICO

AUTORA: Yesenia CANO CARHUAPOMA

APELLIDOS Y NOMBRES JURADO EXPERTO: HIDALGO ROSAS, Gregorio Américo

Doctor Magister(a): Magister

TÍTULO: TESIS DE INVESTIGACIÓN

"HÁBITOS DE ESTUDIO, AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL 5TO AÑO DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE EDUCACIÓN – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM 2015"

Aspectos	Criterios	Inadecuado 00 – 25%	Poco Adecuado 25- 50%	Adecuado 51- 75%	Muy Adecuado 76- 100%
Intencionalidad	El Test permite determinar el nivel de rendimiento académico por lo que el instrumento presentado es.				88
Suficiente	La cantidad de preguntas para el Test es:				89
Consistencia	El Test se basa en conocer el nivel rendimiento académico de los alumnos, el instrumento presentado es:				90
Coherencia	El Test, guarda relación con las dimensiones, indicadores, por tanto el instrumento es:				91

Lima, 15 de julio del 2015.


FIRMA DEL JURADO EXPERTO
DNI: 06749784